
TECHNO
SOLDIER

الأضرار لعبة فورت نايت و ببجي على الأطفال

١- الصداع
٢- السرطان العين
٣- جلطة في المخ
٤- ضغط السكر
٥- ضغط الدم
٦- فقدان الشهية الطعام عند الغداء و العشاء و أحيانا في فطور
٧- ترك الدراسة و التعليم المشروعة في الإسلام
٨- ترك الصلوات
٩- القمار و ممارسات الزنا
١٠- ترك الواجبات الدينية و ترك الواجبات الأهل
١١- ترك حفظ القران و سماع الأغاني لعبة
١٢- اختراع الالفاظ و سب و شتم على الناس
١٣- تواصل ابتزاز بين رجل و إمراة
١٤- تعليم الأطفال الأسلحة و التطرف و الإرهاب
١٥- تعليم الأنحلال الأخلاقي

علماء الذي حذر من لعب
علماء الأزهر
علماء الكويت
علماء الجزائر
علماء السعودية كا سليمان الرحيلي و صالح السحيمي

أضرار الألعاب الإلكترونية على الأطفال
الآثار الصحية السيئة الناتجة عن الألعاب الإلكترونية، تشمل إصابة الأطفال بالسمنة والضعف في العضلات ومشكلات بالبصر، والعصبية الزائدة.

مع التطور التكنولوجي المستمر، يلجأ كثير من الأطفال إلى شغل أوقات فراغهم بالألعاب الإلكترونية.

وأثبتت الدراسات أن الألعاب الإلكترونية لها فوائد لتنمية العقل وخاصة ألعاب الذكاء، لكن يوجد الكثير من أنواع الألعاب الإلكترونية التي تؤثر على صحة الطفل.

وتشمل الآثار الصحية السيئة الناتجة عن الألعاب الإلكترونية، إصابة الأطفال بالسمنة والضعف في العضلات ومشكلات بالبصر، والعصبية الزائدة.

5 علامات خطرة لإدمان الأطفال الألعاب الإلكترونية
من هنا يجب الحرص على صحة الأطفال والتقليل من استخدام الألعاب الإلكترونية.
وفيما يلي نتطرق إلى أضرار الألعاب الإلكترونية على الأطفال.

أضرار الألعاب الإلكترونية على الأطفال - تعبيرية

أضرار الألعاب الإلكترونية على صحة الأطفال
الأضرار الصحية:

أثبتت الأبحاث الطبية أن الجلوس أمام شاشات الحاسوب والهواتف لمدة طويلة للأطفال يؤثر على صحة العين، مما يتسبب في إصابتها بالإجهاد ويؤدي إلى الإصابة ببعض المشكلات ومنها قصر النظر.

قد تؤدي ممارسة الألعاب الإلكترونية لفترة طويلة إلى الإصابة بالسمنة الناتجة عن قلة الحركة.

المكوث لفترات طويلة أمام الألعاب الإلكترونية والجلوس بوضعية خاطئة يتسبب في الإصابة بالمشكلات في العمود الفقري، فضلا على آلام الكتفين والرقبة ومفاصل اليدين التي يشعر بها الطفل.

التعرض للإشعاعات المنبثقة من أجهزة الكمبيوتر أو الهواتف الذكية عند اللعب يتسبب في حدوث الأرق واضطرابات النوم.

كثرة اللعب بالألعاب الإلكترونية يتسبب في ضعف الانتباه والتركيز للأطفال، ما يؤثر على التحصيل الدراسي.

الشعور بالصداع النصفى يعد من أبرز المشكلات الصحية التي تصيب الأطفال نتيجة الألعاب الإلكترونية.
الأضرار النفسية والسلوكية:
عند لجوء الطفل إلى الألعاب الإلكترونية يوميا بأوقات طويلة قد يؤثر على تفاعله مع الآخرين وقد يميل للانطواء.
عدم خوض أنشطة أخرى تنمي مهارات الأطفال يؤثر على قدراتهم في المستقبل.
قد يتعرض الطفل إلى الفشل الدراسي وعدم التحصيل الجيد.
تؤدي الألعاب الإلكترونية إلى العنف والعصبية الزائدة لدى الأطفال، وهذا لوجود العديد من الألعاب العنيفة التي تجعل الطفل أكثر عدوانية.
يصاب الأطفال بالإدمان على الألعاب الإلكترونية، ما يجعل من الصعب التخلي عنها، ويؤثر على صحة الطفل بشكل كبير.

القلق والتوتر الدائمين نتيجة كثرة الألعاب الإلكترونية، وعدم الرغبة في التحدث مع الأخرين.

نصائح للوقاية من أضرار الألعاب الإلكترونية - تعبيرية

نصائح للوقاية من أضرار الألعاب الإلكترونية:

يجب أن يتم تحديد وقت معين خلال اليوم للاستخدام الألعاب الإلكترونية للأطفال.

ممارسة بعض الأنشطة الأخرى مثل القراءة والرسم، وممارسة الرياضة.

عند استخدام الألعاب الإلكترونية يجب الحرص على تفاعل أحد الوالدين مع الطفل أثناء اللعب.

يجب الحرص على مشاركة الطفل في الألعاب الأخرى غير الإلكترونية، للحرص على التواصل الإيجابي بين أفراد الأسرة.

التعرف على المواهب التي يتمتع بها الطفل والعمل على تنميتها.

المرأة والطفل قلة الحركة والسمنة

يؤدي الجلوس لساعات طويلة على هذه الألعاب للسمنة الناتجة عن قلة الحركة.

انحناء في العمود الفقري

بسبب الجلوس لساعات طويلة وبوضعيات معينة وغير صحية على هذه الألعاب مما يسبب أضراراً جسدية كانحناء العمود الفقري وآلاماً في الرقبة والكتفين، لذا ينصح بتعديل وضعية الجلوس لكل 15 دقيقة والحركة عند ممارسة الألعاب الإلكترونية، كما يؤدي الجلوس لفترات طويلة وعدم الحركة إلى إضعاف العضلات والمفاصل بشكل كبير.

إجهاد العينين

تعمل هذه الألعاب بسبب شدة التركيز فيها والنظر إليها كثيراً على إجهاد العينين مما قد يؤثر بأضرار على المستوى البعيد كقصر النظر أو الانحراف.

إصابة الأطفال بالتوحد

من أكثر سلبيات الألعاب الإلكترونية إصابة الطفل بالعزلة واحتمال إصابته بالتوحد بسبب انعزاله عن العالم المحيط به والتفكير فقط في هذه الألعاب، قد يسبب الأمر إذا زاد عن حده إصابة الأطفال بطيف التوحد أو الاكتئاب، وغيرها من الاضطرابات النفسية.

تسبب الإدمان

الإدمان من أكثر سلبيات هذه الألعاب الأكثر شيوعاً، فتسرق الوقت وتؤدي إلى التقاعس عن أداء المهام الاجتماعي واليومي.

تترك أثراً سلوكياً عدوانياً وتحرض على العنف

تعتمد بعض الألعاب الإلكترونية على العنف والممارسات العدوانية الأقرب إلى الواقع الافتراضي كالببجي، وقد يؤثر هذا الجانب بالشخص الذي يدمن هذه الألعاب وخاصة الأطفال ويكون لديهم أثر نفسي سيئ وينمو لديهم حس العدوانية وأعمال العنف.

الأرق ومشاكل في النوم

قد يؤدي التعرض للشاشات التي تعرض الألعاب الإلكترونية إلى مشاكل في النوم،

فمشاهدتها ليلًا ونهاراً قد تساهم في تشكيل صور على شكل كوابيس.

مشاكل في الانتباه والتركيز

تُساهم الألعاب الإلكترونية وخاصةً ذات المحتوى عالي السرعة في قلة التركيز ونقص الانتباه إضافةً لانخفاض قدرة الذاكرة، حيث أظهرت دراسات أن الأطفال الذين يلعبون بألعاب الفيديو لأكثر من ساعتين في اليوم قد يكونون عُرضةً لمشاكل تتعلّق بالانتباه وقلة التركيز.

التوتر والتهور

تحدث هذه الألعاب بعض الآثار العقلية، مثل التوتر العصبي والنوبات المرضية، والتشنجات العصبية كما ينتج عنها تأثير

سلوكي غير محسوس ببعض الألعاب، مثل ألعاب السرعة والقيادة المتهورة، التي تنعكس فيما بعد على السلوك الواقعي في قيادة السيارة الحقيقية. تجذب الألعاب الإلكترونية في العالم الافتراضي الأطفال، وتأسرهم بسهوة وسرعة فائقة، ورغم إيجابيتها في جوانب عديدة إلا أن ثمة انعكاسات سلبية نفسية واجتماعية وصحية على الطفل ما يتطلب مراعاة خاصة، فقضاء ساعات طويلة أمام الهواتف الذكية وألعاب الإنترنت دون مراقبة من الأسرة يزيد مخاطر الانطوائية والعدوانية والعزلة لدى الأطفال وتتطور لأمراض نفسية.

كما تترك العديد من هذه الألعاب فجوة اجتماعية تزيد من مشاكله، والتي بدورها قلّصت أو أخفت موقع الطفل التقليدي في الأسرة، فأصبح لا يشارك ولا يتفاعل، وبالتالي تضعف علاقته بمفهوم الأسرة.

متابعة

بدورها، حذرت هيئة الصحة بدبي من ترك الأطفال ساعات طويلة أمام الهواتف النقالة والآيباد وألعاب الإنترنت دون متابعة ومراقبة الأهل، لأنها تعزز الانطوائية والعدوانية والعزلة لديهم وتتحول في ما بعد لأمراض نفسية، كما كشفت دراسة أن أكثر من 50% من السكان، الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و44 عاماً، يعانون من آلام حادة في منطقة الرقبة والظهر، بسبب استخدامهم المتزايد لأجهزة الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية.

ووصف الدكتور عبد الله قاسم استشاري جراحة المخ والأعصاب بالهيئة رقبة الموبايل «Text neck» لوصف الضرر الناجم عن استخدام الهواتف الذكية لفترات طويلة جداً، والذي يتمثل بآلام في منطقة الرقبة بشكل خاص أو حتى انقراص الفقرات في الرقبة والظهر.

وقال: إن الوزن المقدر على الرقبة أثناء انحناء الرأس للنظر إلى شاشة الجهاز بنحو خمسة كيلوغرامات، وفي حال إمالة الرأس بشكل أكبر قد يصل إلى 27 كيلو غراماً ما يسبب مرض «رقبة الموبايل».

ومن الأعراض الشائعة لهذا المرض آلام شديدة في الرقبة بسبب وجود شد عضلي كبير ما يقيد حركة الرقبة، كما يعاني المريض أيضاً من تشنجات عضلية في الظهر ما يسبب آلاماً مزمنة وقد تكون في بعض الأحيان مزعجة وحادة وخاصة في عضلات الظهر العليا، وآلام في منطقة الكتف سببها أيضاً تشنج العضلات في تلك المنطقة، وقد تتفاقم هذه الآلام عند حدوث انقراص في فقرات الرقبة أو الظهر، ما يؤدي إلى ظهور أعراض عصبية تتلخص بمجموعة من الآلام في منطقة الانقراص وفي أسفل الذراع واليد.

وقال الدكتور قاسم: إن العادات الخاطئة باستعمال الجوال أو الكمبيوتر أو النوم على البطن أو النوم على وسادة لا تحافظ على الانحناء الطبيعي للرقبة في وضع جيد، أو النوم على مجموعة من الوسائد العالية تؤدي إلى جعل الرقبة في وضع غير متزن، فتضطر عضلات الرقبة للعمل أثناء الليل لتثبيت ومنع عدم اتزان فقراتها، ما قد يؤدي إلى إحساس بالألم والتيبس في الصباح بمجرد القيام من النوم.

وأفاد بأن الجلوس الخاطئ المستمر لساعات طويلة على المكتب أو الكمبيوتر أو قيادة السيارة له دور مهم في آلام الرقبة.

نصائح

وقدم الدكتور قاسم بعض النصائح منها تجنب الاستمرار في الجلوس لفترة طويلة يكون فيها الشخص مضطراً لتثبيت الرقبة في اتجاه

واحد، مثل استخدام الجوال أو القراءة أو الكتابة أو مشاهدة التلفاز، مشدداً على ضرورة تعديل وضعية جلوس الشخص والاستراحة كل خمس عشرة دقيقة على الأقل، مع ضرورة المحافظة على وضع الرأس مستقيماً مع العمود الفقري أثناء الجلوس، لأنه كلما زاد زحف الرأس للأمام بمقدار بوصة واحدة (2.5 سم) معناه زيادة الضغوط على فقرات الرقبة السفلي بمقدار وزن الرأس، لذا يجب أن يكون المكتب قريباً من الشخص وارتفاعه مناسباً، بحيث يمنع انحناء الرقبة.

إبداع

من جانبها، قالت الدكتورة سامية الخوري، استشارية الطب النفسي في مستشفى راشد: لا شك في أن بعض الأجهزة تنمي قدرة الطفل على تحليل المعلومات وتحسين الوعي والإدراك والتفكير بصورة أفضل، وتخلق

لديه ثقافة البحث العلمي والإبداعي وتفتح مداركه وتوصله بالعالم من حوله وتنمي مخيلة الطفل، إلا أن قضاء فترات طويلة تجعل دوره غير فاعل في الأسرة، إذ إنه لا يشاركها ولا يتفاعل معها، وبالتالي تضعف علاقته بمفهوم الأسرة، لذا يجب مراقبة ما يشاهدونه على هذه الأجهزة.

وقالت الدكتورة الخوري: الوضع الطبيعي للطفل هو اللعب أو مشاهدة الرسوم المتحركة، ولكن ما نراه اليوم هو العكس تماماً فالطفل أصبح متعلقاً بأجهزة الهاتف النقال والآيباد، التي تضم كل التطبيقات التي يشملها الكمبيوتر أو اللاب توب لسهولة حملها في كل مكان، وللأسف نجد الأهل أحياناً هم المحفز الأساسي لإدمان أطفالهم على الوسائل التكنولوجية الحديثة، كونهم مشغولين طوال الوقت بهذه الأجهزة وبوسائل التواصل الاجتماعي.

وأضافت أن استخدام أجهزة التكنولوجيا الحديثة مثل الهواتف النقالة والآيباد من قبل الأطفال أو حتى الكبار يؤثر سلباً على الترابط الأسري، كما قد يخلق خللاً في شخصية الأطفال تحديداً في حال دخلوا على مواقع مشبوهة في ظل غياب الرقابة الأبوية، وقد تصيبهم بالاكتئاب أو تولد لديهم العنف.

وبينت أن هناك جملة من العوامل تؤثر على نفسية الطفل مثل البيئة الاجتماعية والعلاقة الأسرية والوراثية، مشيرة إلى أن تمضية أوقات طويلة على الهواتف النقالة والآيباد تؤثر سلباً على شخصية الأطفال.

اضطرابات

وقالت: إن إدمان الأطفال على ألعاب الفيديو قد يسبب اضطرابات في النوم وفشلاً على صعيد الحياة الخاصة أو الدراسة، وكسلاً وخمولاً وعزلة اجتماعية، إضافة إلى التوتر

الاجتماعي وفقدان المقدرة على التفكير الحر وانحسار العزيمة والإرادة لدى الفرد.

وأوضحت أن التأثيرات السلبية لانشغال الأبناء بالآيباد والأجهزة الإلكترونية تتمثل في التأثيرات الصحية على الأعصاب والعين وضعف التحصيل الدراسي وانعكاساته على المستوى التعليمي، والتأتأة وعدم الاكتراث لمشاعر الآخرين، والعدوانية في السلوك تجاه إخوانه وزملائه، فضلاً عن ضعف الارتباط الديني.

27

قد يصل الوزن على الرقبة أثناء إمالة الرأس لشاشة الهاتف إلى 27 كيلوغراماً ما يسبب مرض «رقبة الموبايل»

2.5

كلما زاد زحف الرأس للأمام بمقدار بوصة واحدة (2.5 سم) تكون زيادة الضغوط على فقرات الرقبة السفلي بمقدار وزن الرأس

01

ينصح بتجنب الاستمرار في الجلوس لفترة طويلة يكون فيها الشخص مضطراً لتثبيت الرقبة في اتجاه واحد

15

ضرورة تعديل وضعية جلوس الشخص كل 15 دقيقة على الأقل والمحافظة على وضع الرأس مستقيماً مع العمود الفقري أثناء الجلوس

50 %

كشفت دراسة أن أكثر من 50% ممن تتراوح أعمارهم بين 18 و44 عاماً يعانون آلاماً حادة في الرقبة والظهر جراء استخدام الهواتف الذكية

ماذا يحدث لجسمك عند تشغيل المروحة أثناء النوم الألعاب الإلكترونية يطول الحديث عن فوائد وأضرار الألعاب الإلكترونية، وخاصة في الفترة الأخيرة حيث إنه تم استبدال الألعاب التقليدية بالإلكترونية من تطبيقات على الأجهزة الذكية أو أجهزة الألعاب المتخصصة من قبل الأطفال وذويهم، وهذا الشيء لا بأس به حيث إن العالم كله يميل إلى تطبيق التكنولوجيا الرقمية في كافة مجالات الحياة، إلّا إنه يكثر انتقاد مثل هذه الألعاب لأضرارها المختلفة على الطفل جسديًا ونفسيًا عند استخدامها بشكل مفرط أو من دون ضبط وتنظيم من الوالدين، وحيث إن أغلب هذه

المساوئ لم تكن تظهر في الأطفال من الأجيال السابقة، وسيتم الحديث عن أضرار الألعاب الإلكترونية على الأطفال.[١] أضرار الألعاب الإلكترونية يكاد لا يخلو أي بيت من أجهزة الكمبيوتر أو الأجهزة اللوحية والهواتف الذكية والتي غيّرت مفهوم الألعاب لدى الأطفال كليًا في السنوات الأخيرة، حيث إن الألعاب الشعبية والتفاعلية بين الأطفال والألعاب التقليدية كالدمى المحشوة وغيرها أصبحت من الماضي، وغدت التطبيقات الذكية هي البديل الأسهل والأوفر والأكثر متعة للأطفال، ومن أضرار هذه الألعاب: الإدمان تنبه منظمة الصحة العالمية إلى خطر الإدمان عند الأطفال الذي أصبحوا مقترنين بالألعاب الإلكترونية، وقد صنفت منظمة الصحة العالمية الإدمان على الألعاب الإلكترونية كمرض تقاس شدّته بناءً على المدّة التي يقضيها الطفل في اللعب بها وعدد مرات اللعب وتفضيل اللعب والاستمرار به على مسؤولياته المنزلية والدراسية ورغم أنه

يعرف مضاره عليه، ويتم تشخيص مرض الإدمان على الألعاب الإلكترونية بعد سنة واحدة على الأقل من استمرار هذه الأعراض.[٢] ويكمن السبب وراء الإدمان على مثل هذه الألعاب في طريقة تصميمها بحيث تجذب الطفل لأطول فترة ممكنة من خلال مراحل متتالية ومشوقة ورسومات كرتونية محببة للأطفال في هذه المراحل العمرية، بحيث يفضل الطفل قضاء الوقت في هذه الألعاب الافتراضية على قضائه مع عائلته أو أصدقائه، وهو سبب واضح للاكتئاب المصاحب لهذا الإدمان.[٢] العنف والعدوانية يتجه الكثير من الأطفال إلى الألعاب القتالية والعدوانية التي تحتوي على مشاهد وتصرفات عنيفة، ويكمن الخطر في هذه الألعاب في زرع النزعات العدوانية في سلوك الأطفال وأفكارهم بحسب الجمعية الأمريكية لعلم النفس، حيث يميل الأطفال إلى تكرار التصرفات العنيفة التي يرونها وتطبيقها في الواقع.[٣] السمنة وهي مشكلة

ليست حصرية فقط على الأطفال، إذ إن النظام الصحي السيء الذي يفرضه العصر الحديث من مدة جلوس طويلة أمام شاشات التلفاز والهواتف المحمولة والألعاب الإلكترونية يساهم بشكل كبير في التقليل من النشاط البدني الضروري لصحة القلب والعظام لدى مختلف الأعمار، وتصبح المشكلة أخطر في الأطفال إذ يتم تعويدهم على نظام غذائي وصحّي سيء في عمر صغير.[١] مشاكل صحيّة المشاكل الصحية من أضرار الألعاب الإلكترونية التي يطول الحديث عنها، فأبسطها آلام العظام والرقبة وتشنج العضلات بسبب ساعات الجلوس الطويلة أمام الشاشات، ونقص بعض العناصر المهمة للجسم كفيتامين د بسبب عدم الخروج من البيت، وأسوأها مشاكل الرؤية والعمود الفقري والأمراض العصبية كالتشنجات واضطرابات فرط الحركة وتشتت الانتباه.[١] ضعف التحصيل الدراسي ضعف التحصيل الدراسي في الأطفال يبدو عرضًا لا يمكن

تفاديه بالنظر إلى الأضرار السابقة، فانشغال ذهن الطفل وتفكيره المستمر بالألعاب في الأوقات التي لا يلعب بها سيؤثر على مستوى تركيزه وتحصيله العلمي، عوضًا عن أن الأطفال الذين يصابون بإدمان هذه الألعاب يفضلون الاستمرار بلعبها على إنجاز

انتشرت الألعاب الإلكترونية كنموذج للترفيه مختلف عن كل ما سبق من الألعاب الترفيهية برزت في بداية الثمانينات ومع التطور العلمي والتكنولوجي واستخدامات الحاسوب الألعاب الإلكترونية وصارت محط أنظار واهتمام الجميع، ومع نهاية القرن الماضي انتشرت الألعاب الإلكترونية كنموذج للترفيه مختلف عن كل ما سبق من الألعاب الترفيهية، وتميزت تلك الألعاب بعدة مميزات، منها التنوع ما بين ألعاب الإثارة والتنشيط للذكاء والتعليمي، وغيره، ومنها أنها تستهدف جميع الأعمار والفئات، والأهم من ذلك أنها تجعل اللاعب جزء من اللعبة، وهذه الميزة لها جاذبية قوية بالنسبة للأطفال

والمراهقين والشباب لأنها تطلب من اللاعب التركيز والاهتمام المستمر والإصغاء والتفاعل التام مع الأحداث بالعقل والمشاعر والنفس بحيث يشعر اللاعب أنه جزء لا يتجزأ من الأحداث وأنه العنصر الأهم في اللعبة. ومجالات هذه الألعاب عديدة، منها: الهواتف المحمولة والحاسوب وشبكة الإنترنت والأجهزة الأخرى. ومع بداية القرن الحالي تطورت تلك الألعاب الإلكترونية بطريقة متلاحقة وسريعة، وأصبحت جزء من يوميات وأوقات الأطفال والمراهقين، وأصبحوا معها متفاعلين نشطاء، لهم مشاركة فعالة ودور حقيقي في إدارتها، ومن أمثلة الألعاب الشهيرة حاليا .(Fortnite) و (pubg) إن تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال والمراهقين وانجذابهم نحوها وانغماسهم في ذلك العالم الافتراضي أثار اهتمام المختصين في مجال السلوك الإنساني والاجتماعي والنفسي، فقامت دراسات عديدة حول الآثار النفسية والجسدية على الأطفال،

والاطلاع على الجوانب الإيجابية والسلبية لتلك العلاقة القوية بين الطرفين، الطفل واللعبة. إيجابيات الألعاب الإلكترونية: لهذه الألعاب فوائد كما لها أضرار، ومن هذه الفوائد ما يلي: 1- تعليم الطفل من خلال زيادة المفاهيم والمعلومات. 2- تطوير المهارات من خلال تنمية الذكاء وسرعة التفكير، فالألعاب الإلكترونية تحتوي على الألغاز التي تحتاج لمهارات عقلية لحلها. 3- تزيد القدرات العقلية على التخطيط والمبادرة 4- تشبع الخيال لدى الأطفال كثيرا 5- تزيد نشاط وحيوية الطفل، والقدرة على التعامل مع التقنية الحديثة 6- تشجع على الابتكار وإيجاد الحلول الإبداعية للتكيف مع ظروف اللعبة 7- تحفيز الذكاء عند الأطفال، وتحسين مستوى الفهم. 8- تطوير المهارات الإدراكية، وسرعة اتخاذ القرار. 9- تنسيق العلاقة بين حواسه. سلبيات الألعاب الإلكترونية: أولًا: الناحية النفسية: 1- تنمي لدى الأطفال العنف والحس الإجرامي 2- تكوين الشخصية

الأنانية وحب الذات ثانيا: الناحية الاجتماعية: 1- تعليم أساليب وطرق ارتكاب الجرائم وحيلها 2- العيش في عزلة عن الآخرين 3- تراجع وضعف في التحصيل الأكاديمي 4- ارتفاع نسبة جرائم السرقة والقتل بشكل ملحوظ 5- نشر جرائم الاعتداء والاغتصاب 6- الابتعاد عن الأسرة 7- ضعف العلاقة بالأبوين ثالثًا: الناحية الصحية: 1- الإصابة بالتهابات المفاصل وقلة المرونة الحركية على المدى البعيد 2- الاضطرابات النفسية 3- الإصابة بالسلوك الإدماني الوسواسي 4- ضعف النظر. كشفت صحيفة " ميرور" البريطانية عن دراسات علمية في الجامعة النرويجية عن تأثير الألعاب الإلكترونية على قدرة الأطفال في التواصل مع الناس والبيئة، والذي يختلف باختلاف جنس الطفل، حيث أوضحت الدراسات التي شملت (870) طفلا تتراوح أعمارهم بين 6-12 سنة، ولاحظ الآباء والمربون والمدرسون المشاركون في البحث مدى اختلاف تأثير الألعاب الإلكترونية

على الجنسين، حيث لاحظوا أن الذكور من لاعبي تلك الألعاب لم يتأثروا على المستوى الاجتماعي، ولديهم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية والاستمرار فيها، والحفاظ عليها في صورة جيدة. بينما الإناث اللائي في عمر 10 سنوات وقد قضين وقتا طويلا مع الألعاب الإلكترونية أصبن بضعف كبير في التواصل الاجتماعي، وقدرت الدراسة أنهن متأخرات ما يقارب السنتين مقارنة بأقرانهن الإناث اللاتي قضين وقتا أقل مع تلك الألعاب.
وأشارت الدراسة إلى أن الإناث يتأثرن بشكل أكبر من الذكور، وهذا الأمر يزيد من تعرضهن للعزلة في فترة لاحقة من الحياة.
وأوضح " بيتي وولد هيجن" الباحث في الجامعة النرويجية للعلوم والتكنولوجيا، المشارك في الدراسة التي تسعى إلى فهم تبعات ألعاب الفيديو على تطور شخصية الطفل: أن اللعب ليس مشكلا في حد ذاته، وإنما المشكلة هي قضاء وقت طويل أمام ألعاب الفيديو. وأخيرا: يجب علينا الوقوف في

وجه هذا التيار الهادم لكثير من القيم والمبادئ الإنسانية، والذي يعمل على غرس قيم مخالفة لديننا الحنيف، فكلنا شاهد واطلع على ما يحدث من تلاعب بعقول ونفوس وأخلاقيات أطفالنا وأبنائنا من مناظر قبيحة ومشاهد غير أخلاقية ومقاطع إباحية وسلوكيات منحرفة من خلال تلك الألعاب، رغم الجوانب الإيجابية فيها، عن أبي هريرة عن النبي -صلى الله عليه وسلم- قال: «الحكمة ضالة المؤمن، فحيث وجدها فهو أحق بها»، ولا يخفى على عاقل نتيجة هذا التلاعب من آثار نفسية واجتماعية تهدم شخصية هذه الكائنات الصغيرة، وتجعلها مسخا منطويا على نفسه، مليئا بالكآبة والإجرام والعنف، يألف منظر الدمار والدماء. حماية أبنائنا وبناتنا الذين هم أساس المجتمع وقادة المستقبل مسؤولية مشتركة بين جميع الجهات والمؤسسات، مسؤولية البيت والمدرسة والبيئة والدولة، مسؤولية كل فرد ومؤسسة، حمايتهم من أنفسهم ومن كل من يحاول تحويلهم إلى

كائنات غير سوية، غير متوازنة، غير مفيدة، إنما مجرد أحياء صغيرة تحكمها التكنولوجيا الحديثة المادية الجامدة. إن مسؤولية الوالدين مراقبة أبنائهم وتوجيههم وتعليمهم كيفية استثمار الجوانب المشرقة والمستفيدة من تلك الألعاب في تكوين الجوانب العقلية والنشيطة للعقل والذاكرة والشخصية، والابتعاد عن النواحي السلبية وغير الأخلاقية وخاصة العنف والإجرام، وهذه المسؤولية ليست اختيارية، قال الله تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَّا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ} [التحريم: 6]. وعن عبد الله بن عمر -رضي الله عنهما- عن النبي -صلى الله عليه وسلم- قال: «أَلَا كُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، فَالْأَمِيرُ الَّذِي عَلَى النَّاسِ رَاعٍ، وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُمْ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ بَعْلِهَا وَوَلَدِهِ، وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُمْ، وَالْعَبْدُ

رَاعٍ عَلَى مَالِ سَيِّدِهِ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْهُ، أَلَا فَكُلُّكُمْ رَاعٍ، وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ» »متفق عليه. ولتجنب أضرار هذه الألعاب يجب اتخاذ خطوات مثل: 1- تحديد وقت معين لممارسة هذه الألعاب، ولا يترك الوقت مفتوحا طوال اليوم، أو في أية ساعة. 2- مشاركة الطفل في اختيار الألعاب التي تناسب عمره وميوله. 3- مراقبته دون أن يشعر بذلك مراعاة لمساحة حريته. 4- وضع برامج مراقبة لمعرفة نوعية مشاهدات الطفل. 5- محاولة إشراكه مع أصدقائه في اللعبة حتى لا يتعود على العزلة. 6- تشجيعه على ممارسة هواية القراءة حتى لا يقتصر وقته على الألعاب. 7- ترغيبه في ممارسة أنشطة تنمي مواهبه كالرسم، لأنه ينمي قدرته على التخيل والإبداع. 8- إلحاقه بالنوادي الرياضية ليخرج طاقاته الحركية في ممارسة الرياضة. 9- تدريبه على الإفصاح والحوار والمحادثة حتى لا يكتم وتكون الألعاب العنيفة متنفسا له.

موضوع عن تعريف الالعاب الالكترونية وفوائدها واضرارها كتابة راندا عبد الحميد آخر تحديث مارس 3, 2020 موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية وفوائدها وأضرارها ، الألعاب الإلكترونية أصبحت من الأمور المنتشرة في العصر الحالي بشكل كبير، هي ألعاب تجذب إليها الكبار والصغار على السواء، لهذا سوف نستعرض لكم موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية وفوائدها وأضرارها بالتفصيل خاصة وأنها أصبحت جزء أساسي من العصر الحالي الذي نعيش فيه موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية وفوائدها وأضرارها بالعناصر والخاتمة للصف الرابع و الخامس والسادس الابتدائي، موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية وفوائدها وأضرارها بالعناصر والأفكار للصف الأول والثاني والثالث الإعدادي والثانوي ولجميع الصفوف التعليمية. محتويات المقال [عرض] عناصر موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية

وفوائدها وأضرارها الألعاب الإلكترونية. فوائد الألعاب الإلكترونية. أضرار الألعاب الإلكترونية. العلامات التي تشير إلى إدمان الألعاب الإلكترونية. الأضرار السلبية الجسدية من الألعاب الإلكترونية. تصنيف الألعاب الإلكترونية. أضرار الألعاب الإلكترونية من الناحية الاجتماعية. تأثير الألعاب الإلكترونية من الجانب الديني. شاهد أيضًا: أنواع هوايات مفيدة ونادرة للأطفال الألعاب الإلكترونية الألعاب الإلكترونية هي مجموعة من البرامج التي صممت من خلال المبرمجين والغرض الأساسي منها هو اللعب والتسلية، يمكن أن تتم ممارسة هذه الألعاب الإلكترونية بشكل مفرد أو من خلال مجموعات، بعض الألعاب لا تحتاج إلى الاتصال بالإنترنت، البعض الآخر يحتاج إلى اتصال بالإنترنت. فوائد الألعاب الإلكترونية تتعدد فوائد الألعاب الإلكترونية والتي تجعل الكثير من الناس يقبل عليها ومن هذه الفوائد ما يلي: تعمل هذه الألعاب على تسلية الوقت

والتخلص من وقت الفراغ الذي يعاني منه الكبار والصغار على السواء. تساعد هذه الألعاب على تنمية مهارات الذكاء وتساعد في سرعة البديهة، لأنها تحتاج إلى مهارات وتنمي القدرات الخاصة بالفرد. توجد العديد من الألعاب الإلكترونية تكون ألعاب تعليمية، لهذا فهي تساعد الطفل على التعلم بطريقة أفضل وطريقة مناسبة وجذابة له. معظم الألعاب الإلكترونية التي يتم اللعب بها تكون ألعاب هادفة وتساعد على شغل وقت الفراغ أكبر قدر ممكن. يوجد بعض من هذه الألعاب تعطي جوائز نقدية أو جوائز تحفيزية في اللعب مما تجعل الشخص يتولد لديه الإحساس بالحافز للكسب. تساعد الألعاب الإلكترونية على التناسق الجيد ما بين العين واليد والتفكير في نفس الوقت. تساعد هذه الألعاب على توسيع المدارك وتعلم بعض المصطلحات الجديدة. الألعاب الإلكترونية المعتمدة على المهارات الفنية قد تنمي مهارات الموسيقى عند اللاعبين. أضرار الألعاب الإلكترونية

على الرغم من كثرة الفوائد لهذه الألعاب الإلكترونية، إلا أن لها بعض الأضرار وتتمثل أضرار الألعاب الإلكترونية في التالي: زيادة معدل العنف عند الأطفال الذي يلعبون مثل هذه الألعاب. التسبب في الكسل والخمول لدى الأطفال. تزيد هذه الألعاب من الشعور بالعزلة عند الأطفال، لأنها تجعل الطفل يحبس نفسه داخل شاشة الكمبيوتر. تعمل هذه الألعاب على زيادة الشعور بالكسل والخمول لأنها تجعل الطفل يستغرق الكثير من الوقت أمام هذه الألعاب. تساهم هذه الألعاب في هدر الوقت عندما يستغرق الطالب الكثير من الوقت أمام هذه الألعاب، خاصة في حالة اللعب ساعات طويلة من الليل. تساعد هذه الألعاب على تدني الإنجاز والتحصيل التعليمي لدى الطلاب في المدارس. يصعب على الطفل التحكم في الوقت نتيجة استغراق الكثير من الوقت أمام هذه الألعاب. يدخل الشخص في حالة إدمان لهذه الألعاب حيث يستغرق معظم وقته اليومي يلعب هذه

الألعاب. تؤثر هذه الألعاب على الجانب الأكاديمي للطفل، لأنها تجعله يهمل في واجباته ويسهر في الليل على هذه الألعاب. شاهد أيضًا: ما هي نظارات الواقع الإفتراضي وإستخدامها ؟ فوائد الأجهزة الإلكترونية في حياتنا تحميل الأجهزة الإلكترونية العديد من الفوائد خلال الحياة اليومية ومن بينها: يساعد بشكل كبير في توفير وقت وجهد وأيضًا توفر العنصر المادي بشكل كبير. ساعد في ليونة وحيوية التواصل بين أفراد المجتمع في جميع دول العالم وذلك عن طريق أجهزة الحاسب الآلي والهواتف المحمولة. ساعد في المعاملات التجارية بين الشركات وتوفير أفضل النظم والأساليب لتسهيل عملية البيع والشراء والاحتفاظ ببيانات العمال والشركات الأخرى. لها عامل كبير في الحد من ظاهرة حوادث السير وذلك بسبب الإشارات الضوئية والأجهزة المستخدمة لضبط مستوى السرعة والرادار على الطرق. كما أن الأجهزة

الإلكترونية ساعدت في ابتكار أجهزه ذكية تقوم بالإنذار المبكر في بداية الحرائق والسرقات. ساعدت في حدوث تطور ملحوظ في الآلات الخاصة بكافة المجالات وساهمت في تطوير الصناعة والثقافة العمالية. ساعدت في تطوير مجال الطب والتعليم وذلك عن طريق أجهزة الآيباد التي تم إعطائها للطلاب في المدارس لتسهيل عملية التعلم. العلامات التي تشير إلى إدمان الألعاب الإلكترونية تظهر بعض العلامات التي تشير إلى إدمان الألعاب الإلكترونية ومن هذه العلامات ما يلي: إدمان اللعبة هو أن يجد الشخص نفسه يلعب هذه الألعاب طوال الوقت ولا يكتفي بمهمات خاصة بل أنه يقوم بتجديد المهمات بشكل مستمر. يشعر المتسابق بأنه يفقد الرغبة في ممارسة الأنشطة الأخرى بخلاف اللعب. يشعر الشخص أنه مصاب بالقلق والاكتئاب والتوتر. قد يصاب بالسمنة نتيجة الجلوس لساعات طويلة يستغرقها في اللعب. الإصابة بالعزلة الاجتماعية. وجود صعوبة

في التحكم في الوقت الذي يستخدم في اللعبة. الشعور بالقلق والاكتئاب. الأضرار السلبية الجسدية من الألعاب الإلكترونية مقالات قد تعجبك: تطبيقات الرياضيات في حياتنا موضوع تعبير عن الرياضيات موضوع تعبير عن الكهرباء وفوائدها وأضرارها تتعدد الأضرار السلبية الجسدية من الألعاب الإلكترونية ومن هذه الأضرار ما يلي: الشعور بألم في المفاصل نتيجة الجلوس لعدة ساعات طويلة أمام جهاز الحاسب الآلي والإمساك بالجهاز لفترة طويلة قد يصيب المفاصل الخاصة بالرأس واليدين. يعاني الشخص من نقص فيتامين د في حالة الجلوس على الحاسب الآلي لفترات طويلة، لأنه لا يتعرض للشمس التي تؤدي إلى إمداد الجسم بهذا الفيتامين. ظهور بعض البثور في الجلد. الخدر في اليدين نتيجة الاعتلال العصبي المحيطي أو الإصابة بالجلطات الدموية. تؤثر هذه الألعاب على النظر بشكل كبير، لأن الشخص يجلس أمام هذا الحاسب لعدة ساعات

إلى أن يضعف النظر بشكل تدريجي. وجود ألم في أسفل الظهر نتيجة الجلوس لعدة ساعات أمام جهاز الحاسب الآلي لساعات طويلة. شاهد أيضًا: شفرات جاتا مصر الجديدة بالتفصيل تصنيف الألعاب الإلكترونية تتعدد وتتنوع أنواع الألعاب الإلكترونية ومن هذه الألعاب ما يلي: 1- ألعاب الذكاء تركز هذه الألعاب على مضمون الذكاء والتفكير المنطقي، لأنها تحتاج إلى المزيد من التفكير ومن أمثلة هذه الألعاب الشطرنج وغيرها. 2- ألعاب الإثارة والمتعة هذه الألعاب تساهم في التسلية وملء وقت الفراغ، كما أنها تركز بشكل أساسي على تفاعل اللاعبين مع بعضهم البعض، كما أنها ألعاب متدرجة من السهل إلى الصعب وبها عدة مستويات. 3- الألعاب التعليمية تهدف هذه الألعاب إلى الجمع ما بين المتعة والإثارة، كما أنها تمنح الشخص المزيد من المعلومات العملية، لهذا يعتمد عليها الكثير من المعلمين في تعليم الأطفال، هي متنوعة في المجالات منها: العلوم، الكيمياء،

الرياضيات، اللغات وغيرها. أضرار الألعاب الإلكترونية من الناحية الاجتماعية تتمثل أضرار الألعاب الإلكترونية من الناحية الاجتماعية في الأضرار التالية: تعمل الألعاب الإلكترونية على إصابة الشخص بخلل كبير في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، خاصة لو كان الذي يلعبها طفل في بداية مراحل تكوين علاقات اجتماعية. ينفصل الطفل الذي يلعب هذه الألعاب عن الواقع، لأنها تجعل الطفل يقود بخياله إلى الشخصيات الخيالية مما يزيد لديه من العنف والتوتر والعراك.
تعمل الألعاب الإلكترونية على إنشاء طفل غير اجتماعي، لأنه يقضي الكثير من الوقت في العديد من الممارسات الاجتماعية لعدة ساعات كثيرة دون تواصل مع الآخرين.
تعمل الألعاب الإلكترونية على زيادة الشعور بالانفصال الأسرية، لأن الطفل يتربى على بعض العادات الخاصة بالمجتمعات الغربية.
تعمل هذه الألعاب على خلف أطفال أنانيين، لأن الطفل يتعود أن يشبه رغباته فقط من

خلال هذه الألعاب، بجانب تعرض الطفل لحدوث الكثير من المشاكل بينه وبين أشقائه خاصة لو حدث شجار على الجهاز الإلكتروني. قد يتعلم الطفل من خلال هذه الألعاب بعض المهارات الخاصة بالاحتيال، لأن الطفل يتعلم من هذه الألعاب الإنفاق على هذه الألعاب عن طريق النصب والاحتيال في بعض الأوقات. تأثير الألعاب الإلكترونية من الجانب الديني تتمثل تأثير الألعاب الإلكترونية من الجانب الديني في الآثار التالية: تحتوي هذه الألعاب على العديد من الأفكار التي لا تتناسب مع الدين الإسلامي ولا تتناسب مع المجتمعات الشرقية التي نعيش فيها. تساعد هذه الألعاب على زيادة أفكار الرذيلة والإباحية التي تعمل على تدمير العقول للمراهقين الشخص الذي يجلس عدة ساعات على هذه الألعاب قد يلهى عن أداء الصلوات وعن عبادة الله تعالى وصلى الرحم وطاعة الوالدين وغيرها من الأمور التي تساعد في كسب الثواب والأجر. شاهد أيضًا: طريقة

ربح المال من اليوتيوب خاتمة موضوع عن تعريف الألعاب الإلكترونية وفوائدها وأضرارها في النهاية بعد أن تعرفنا على الألعاب الإلكترونية والفوائد التي تعود على الشخص من هذه الألعاب، ننصح من يزاول هذه الألعاب أن لا يصل ذلك إلى حد الإدمان حتى لا يعاني من الأضرار الكثيرة التي تسببها هذه الألعاب سواء على الصحة أو الشخصية. اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال ما بين الإيجاب والسلب.. انتبهوا! 22 أبريل 2020 5 دقائق قراءة شارك على فيسبوك - كل يوم معلومة طبية شارك على تويتر - كل يوم معلومة طبية شارك على تيليجرام - كل يوم معلومة طبية
ADVERTISEMENT "بينما الأم منشغلة في القيام بأعمال المنزل، يستيقظ طفلها ذو السنتين من العمر ويبدأ في البكاء والغضب، وحتى تتمكن من تهدئته وإكمال عملها، تعطِه الهاتف المحمول ليلعب عليه بعض الألعاب الالكترونية التي يفضلها"، هل أنتِ هذه الأم؟

هل كثيراً ما تكررين هذا المشهد مع طفلكِ أو طفلتكِ؟ وهل أنت هذا الأب الذي يعطي طفله الهاتف أو التابلت ليلعب عليه لساعات طويلة، لتتمكن من متابعة التلفاز دون إزعاج؟ إذا تابعوا معنا قراءة هذا المقال لتتعرفوا على اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال من كافة الجوانب. المحتوى الأطفال والألعاب الالكترونية كان هناك قدر لا بأس به من الأبحاث العلمية لفهم تأثير ألعاب الفيديو والمحمول على تنمية الأطفال، إن هناك الكثير من الألعاب التي تأتي في جميع الأشكال، بعضها يمكن أن تكون ألعاب مسلية ومريحة، في حين أن البعض الآخر يمكن أن يكون ألعاب ذكاء وتحدي وألعاب تعليمية، وهناك أيضاً البعض القائم على القتال والعنف. ADVERTISEMENT لذلك يجب العلم بأن ليست كل الألعاب جيدة للأطفال، وحتى الألعاب الجيدة قد تختلف آثارها من كونها مفيدة إلى التحول إلى الإدمان. اقرأ أيضاً: كيفية التعامل مع الطفل الخجول،

نصائح ذهبية. اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال من ناحية الصحة يمكن للأطفال الذين يقضون الكثير من الوقت في الألعاب الالكترونية بدلاً من الانغماس في الأنشطة البدنية أن يصابوا بـ السمنة. الجلوس لفترات طويلة وعدم الحركة يساعد على إضعاف العضلات والمفاصل بشكل كبير. يسبب استخدام الألعاب الالكترونية القائمة على استخدام الأصابع واليدين لفترات طويلة جداً حدوث خدر فيهما، وذلك بسبب الإجهاد الشديد لهم. من أكثر أضرار ألعاب الفيديو والمحمول ضعف النظر وحدوث مشكلات أخرى في العين بشكل كبير. موضوعات متعلقة كم وزن الطفل في الشهر الخامس كم وزن الطفل في الشهر الثالث كم وزن الطفل في الشهر الرابع اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال من ناحية التعليم إن الإثارة والمتعة التي توفرها ألعاب الفيديو هي على النقيض تماماً مع الالتزام بيوم مثالي في المدرسة. يمكن أن يسبب تأثر الطفل بمتعة الألعاب

الالكترونية تفضيله لتلك الألعاب فقط على أي شئ آخر، وعدم اهتمامه بالمدرسة والذهاب إليها. قضاء الطفل الكثير من الوقت أو سهره ليلاً على تلك الألعاب يسبب إرهاقه، وعدم قدرته على الاستيقاظ صباحاً للمدرسة. يمكن للطفل أن يهمل واجباته المنزلية خارج المدرسة ولا يهتم حتى بالاختبارات، ويفضل الألعاب على كل ذلك، مما يسبب سوء المستوى وضعف الأداء التعليمي. اقرأ أيضاً: صعوبات التعلم، أنواعها وأسبابها وكيفية التعامل معها وعلاجها. اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال من ناحية السلوك تحتوي بعض ألعاب الفيديو على عنف مفرط مما يسبب سوء سلوك الطفل وعدوانيته تأثراً بها. من الأخطار الكبيرة التي قد لا يعلمها البعض، وجود ألعاب بأفعال جنسية نابية وبدون رقابة أو تصنيف عمري. بعض الألعاب تحتوي على ألفاظ خارجة بمختلف اللغات قد يكررها الطفل بدون فهم معناها، وقد يتأثر بها الأطفال الأكبر سناً وتصبح

جزءاً من طريقة كلامهم. هناك الألعاب التي تحرض على العنصرية أو التطرف أو الشذوذ، وغيرها من التوجهات غير السوية التي قد لا يستوعبها الطفل، ولكنه يمكن أن يضطر لمحاكاة نفس السلوك. ظهر مؤخراً بعض أنواع الألعاب الخطيرة جداً، مثل الحوت الأزرق ولعبة مومو ولعبة مريم، هذه الألعاب تقوم على تهديد الطفل وإرغامه على القيام بتصرفات غريبة وعدوانية، وقد ينتهي الأمر في النهاية بإصابته بالاكتئاب الحاد وانتحاره، وقد حدثت بالفعل حالات انتحار بين الأطفال والمراهقين بسبب هذه الألعاب. اقرأ أيضاً: كيف يمكن أن تتعامل مع الطفل العدواني؟ اثر الالعاب الالكترونية على الاطفال من الناحية النفسية على الرغم من وجود بعض الألعاب القائمة على وجود فريق مكون من عدد من اللاعبين، ولكن معظم الأطفال ينتهي بهم الأمر للجلوس في غرفهم منفردين بالألعاب. يحد انطواء الأطفال في غرفة مغلقة مع اللعبة من مهاراتهم الطبيعية

في التعامل مع الحياة الواقعية. يفشل بعض الأطفال في خلق أحاديث مع غيرهم أو الاستجابة لهم، بسبب تعودهم الطويل على الصمت والاندماج مع الألعاب الالكترونية فقط. قد يسبب الأمر إذا زاد عن حده إصابة الأطفال بطيف التوحد أو الاكتئاب، وغيرها من الاضطرابات النفسية. اقرأ أيضاً: طيف التوحد، ما هي أعراضه وأسبابه والخيارات المختلفة لعلاجه؟ الآثار الإيجابية للألعاب الالكترونية على الأطفال قد يندهش البعض من ذلك، ولكن بالفعل يمكن أن يكون لبعض الألعاب آثاراً جيدة وإيجابية على الأطفال، ولكن يتوقف ذلك على نوع اللعبة، وعمر الطفل، والفترة التي يقضيها الطفل في اللعب، ومن هذه الآثار الإيجابية ما يلي: تنمية روح الفريق والتعاون مع الآخرين من خلال الألعاب التي تعتمد على أكثر من لاعب، مما يؤدي لاكتساب مهارات الإدارة والعمل الجماعي، مثل لعبة كرة القدم. زيادة قدرة الطفل على اتخاذ قرارات سريعة وتنمية

سرعة البديهة لديه، من خلال الألعاب التعليمية وألعاب الذكاء المحددة بتوقيت زمني، وهذا يساعد في اكتساب مهارات اتخاذ القرار. الحفاظ على مستوى جيد من الدقة أثناء اتخاذ القرارات السريعة بشكل صحيح، هذا يفيد في القدرة على العمل بشكل سليم تحت ضغط. تساعد بعض الألعاب على التنسيق بين حركة اليدين والعيون، وتنمية الوظائف الحركية دون ضرورة النظر في كل مرة، هذا مطلوب بشكل خاص في الألعاب الرياضية وألعاب الألغاز. تنمية الوظائف الإدراكية من خلال تطوير هيكل الدماغ، وخلق مسارات عصبية جديدة وأجهزة إرسال لتحسين الأداء، هذا يتضح في الألعاب الفنية والموسيقية. اقرأ أيضاً: ألعاب الطفل في عمر السنة، وأفضل الأنشطة في تلك الفترة.
علامات إدمان الألعاب الالكترونية راقب طفلك جيداً وقم باستشارة الطبيب إذا ظهرت عليه العلامات الآتية، فهي تنم عن إدمانه للألعاب الالكترونية: دفاع الطفل عن اللعبة

باستماتة وإنكار حقيقة أنه يضيع الكثير من الوقت أمامها. طلب الطفل للأموال إذا كانت اللعبة مدفوعة الأجر، وقد ينتهي به الأمر في بعض الأحيان إلى سرقة المال للدفع إلى اللعبة. إهمال جميع أنشطة الحياة لفترة بما فيها الطعام، والمذاكرة، والصلاة، وروتين النظافة الشخصية بسبب الألعاب. عدم الوعي بمرور الوقت أثناء اللعب، فقط يعدك طفلك باللعب لمدة 15 دقيقة فقط، بينما يستمر لساعات طويلة دون الشعور بذلك. غضب الطفل وإحباطه الشديد وربما اكتئابه عند خسارته في اللعبة. البحث عن طرق سرية لممارسة الألعاب إذا تم تقييده، والاختباء والكذب من أجل ذلك. تشتت ذهن الطفل في الأوقات العادية وانشغاله باللعبة والتفكير فيها دائماً. اقرأ أيضاً: مرض التوحد عند الكبار ليس نهاية المطاف، تعرف على العلاجات المتاحة. نصائح هامة لا يجب ترك الهواتف المحمولة مع الأطفال أقل من سنتين إلى ثلاث سنوات من أجل اللعب عليها، يمكن استبدالها

بالأنشطة المفيدة مثل التلوين والقصص والألعاب الحركية والمكعبات والكرة. راقب جيداً الألعاب التي يستخدمها طفلك في جميع الأعمار، واحرص على خلوّها من أي مشاهد أو ألفاظ أو توجهات غير أخلاقية. يجب تحديد الوقت المسموح للألعاب الالكترونية في كل يوم والالتزام به. شارك طفلك في بعض الأوقات في الاستمتاع باللعب مثل منافسته في لعبة كرة القدم. اقرأ أيضاً: اللعب مع الأطفال والجلوس معهم طريقك لتكون تحت شعار "مكافحة ألعاب الإنترنت العنيفة"، أطلقت معلمة مصرية في محافظة الإسكندرية الساحلية، مبادرة لتوعية وحماية الأطفال من خطر الألعاب الإلكترونية العنيفة، مثل "بابجي" ومثيلاتها من ألعاب تحمل المحتوى ذاته.

وتقول المدرسة المصرية نجلاء عياد في هذه المبادرة تستهدف مساعدة الطلاب على

التخلص من حالة الإدمان التي أصابت هذا الجيل بسبب ألعاب الإنترنت، خاصة بعد تزايد حالات العنف والوفاة وسط هذا الجيل بسبب هذه الألعاب، خاصة مع تفشي جائحة كورونا وتوقف الدراسة.

حجج ودلائل عدة استخدمتها المعلمة المصرية لإقناع الطلبة، منها شرح مبسط لتأثيرات مثل هذه الألعاب على الصحة الجسدية والنفسية، واعتمدت فيها على بعض الدراسات المنشورة بالمجلات والمواقع العلمية.

SKIP

وعن مدى تفاعل الطلبة معهم مع المبادرة، أكدت أن هناك تجاوبا كبيرا من قبل الطلبة، حيث بادر عدد منهم بالمشاركة في التعريف بها عن طريق فريق أسموه "المكافحين"، ما

أدي إلى سرعة تجاوب باقي زملائهم مع المبادرة وإعلانهم التوقف عن ممارسة مثل هذه الألعاب.

وتتمني المعلمة أن تتبنى وزارة التربية والتعليم المصرية هذه المبادرة لتعميمها في باقي مدارس الجمهورية، وأيضا دخول وزارة الاتصالات كطرف فاعل في المبادرة لأنها تملك الآليات لحجب مثل هذه الألعاب من على شبكة الانترنت.

تحقيقات وتحذيرات

وأكثر من مرة، حققت النيابة العامة المصرية في وفاة أطفال بسبب إدمان الألعاب الإلكترونية، وكان آخرها منذ عدة أيام بعد انتحار طفل مصري بسبب لعبة إلكترونية وضعت بنود وشروط يجب أن يقوم ممارسها باتباعها، ويكون آخر شرط فيها الانتحار وهو ما نفذه هذا الطالب.

من جانبها، حذرت دار الإفتاء المصرية أولياء الأمور من ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية دون رقابة، مع ضرورة مراقبة سلوك وأخلاق الطفل أثناء ممارسة هذه الألعاب، ومعرفة ما يجوز منها وما لا يجوز.

وقالت: "ممارسة الألعاب الإلكترونية تكون جائزة شرعا إذا كانت تعود بالنفع على الطفل ولا تؤدى إلى الضرر عليه أو على مجتمعه".

وأضافت أن هذه الألعاب تصبح محرمة إذا كانت تضر بالطفل وتؤثر على نفسيته وصحته وعقله، فتربى فيه العنف والعدوانية وحب ارتكاب الجرائم ضد مجتمعه وأوطانه.

الدكتور محمد الراجحي استشاري تعديل السلوك والتخاطب المصري، قال لـموقع ""، إن هناك بديلا عن الألعاب الإلكترونية وهو أكثر أمنا.

وأكد الراجحي أن الأبوين من الممكن أن يساعدا أطفالهم في أداء تدريبات تقوي مهاراتهم الذهنية، مشددا على أن الأطفال في أوقات العزل والتباعد الاجتماعي في ظل وباء كورونا، يجب أن يمارسوا هذه الرياضات الذهنية، التي من الممكن أن تشمل المكعبات والأحاجي وتكوين الصور وإعادة سرد قصة، واللعب بالصلصال، وهي تعتبر بديلا مناسبا للتعامل مع الإنترنت فترة طويلة.

أخبار ذات صلة
الفكرة بدأت كمبادرة صغيرة في عام 2013
مبادرة مصرية تستهدف تجميل المناطق الشعبية بقوة الألوان
المبادرة تسعى إلى إبداء العرفان للأطباء
"عاش هنا".. مصر تخلد "الأطباء الشهداء"
إدمان ألعاب الفيديو لها آثار خطيرة

مات أمام الكمبيوتر بسبب "ليلة كاملة من ألعاب الفيديو"الألعاب الإلكترونية إدمان يأسر الأطفال ويدفعهم للهرب من الواقع
صورة3/1
المصدر:
عمرو بيومي - أبوظبي
التاريخ: 23 يونيو 2019
حذّر أطباء ومختصون من خطورة وقوع الأطفال والشباب أسرى للألعاب الإلكترونية، وتمضية ساعات طويلة من يومهم أمام الأجهزة اللوحية الذكية، خصوصاً مع تزايد الإقبال عليها، حتى أصبحت ظاهرة لا تخلو من المخاطر الصحية والنفسية، الأمر الذي دعا منظمة الصحة العالمية إلى تصنيف الإدمان على ألعاب الفيديو، كنوع جديد من الأمراض المعترف بها حول العالم.

وتفصيلاً، صنف أطباء واختصاصيون اجتماعيون، ممارسة الألعاب الإلكترونية بشكل مفرط، بأنه اضطراب سلوكي خاص،

يتسم بالتأثير في حياة الفرد اليومية، جسدياً وذهنياً واجتماعياً، ما يؤدي إلى ضعف البصر، وقلة التركيز، والتشتت، والصداع، والتوحد، والانطوائية، والاكتئاب، مشيرين إلى ضرورة وجود إشراف عائلي على استخدام الأجهزة الذكية، مع إشغالهم بما هو مفيد لهم من ألعاب رياضية وحركية، ورسم وقراءة.

وأوضحت المعالجة النفسية في جناح العلوم السلوكية بمدينة الشيخ خليفة الطبية، تهاني محمد مصطفى، أن منظمة الصحة العالمية أدرجت اضطراب ألعاب الفيديو في نسختها الأخيرة من دليل تصنيف الأمراض، حيث أجرت مراجعة للأدلة المتوافرة قبل إدراج إدمان ألعاب الفيديو كاضطراب صحي، كما أن الآراء في مختلف التخصصات عرّفت هذا الإدمان بأنه نمط سلوكي مستمر في ممارسة اللعب، لدرجة اتخاذه أولوية على حساب اهتمامات الحياة الأخرى، مشيرة إلى أنه لا

توجد أي دراسات تمت من قبل مدينة خليفة الطبية حول إدمان ألعاب الفيديو في الإمارات أو أبوظبي حتى الآن، إضافة إلى أن التأمين الصحي لا يغطي علاج مدمني ألعاب الفيديو، موضحة أن قسم الأطفال في جناح العلوم السلوكية بمدينة الشيخ خليفة الطبية يعالج أي نوع من أنواع الاضطرابات السلوكية عموماً، وإدمان الإنترنت نوع من هذه الاضطرابات.

وقالت مصطفى: «قضاء ساعات طويلة أمام الهواتف الذكية، وألعاب الإنترنت دون مراقبة من الأسر، يزيد مخاطر الانطوائية والعدوانية والعزلة لدى الأطفال، ويتطور لأمراض نفسية، بحيث لا يكون من السهل عليهم تكوين علاقات اجتماعية، حيث تنمو لديهم شخصيات غير واقعية، أو افتراضية، تختلف عن شخصياتهم الحقيقية، والهرب من الواقع، مع إطلاق الرغبات الدفينة والتفريغ الانفعالي من كبت وعدوانية وغضب، بعيداً عن القيود

الاجتماعية، ما يؤدي إلى توهم الألفة الكاذبة».

وأضافت: «يتسبب قضاء ساعات طويلة أمام الألعاب الإلكترونية أيضاً في أمراض الرؤية والجهاز العصبي، كما يتسبب في السمنة المفرطة، بسبب الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر، وتقليل النشاط البدني، إضافة إلى آلام الظهر والرقبة وضعف العضلات، وكسل شديد وخمول واضطراب في النوم، ما يجعل الطفل يدخل فترة المراهقة، وهو لا يرغب في العمل أو الإنتاج، لفقدانه المقدرة على التفكير الحر، وانحسار العزيمة والإرادة، وعدم التعامل مع الناس، وربما يصاب بالرهاب الاجتماعي، وغيرها من اضطرابات القلق العام».

وأشارت مصطفى إلى أن التأثيرات السلبية للانشغال بالأجهزة الإلكترونية، تشمل ضعف التحصيل الدراسي وانعكاساته على المستوى

التعليمي، وعدم الاكتراث لمشاعر الآخرين، والعدوانية في السلوك تجاه إخوانه وزملائه، فضلاً عن ضعف الارتباط الديني.

وأوضحت أن المظاهر التي يمكن من خلالها اكتشاف إدمان الطفل الألعاب الإلكترونية، تتضمن زيادة عدد الساعات أمام الإنترنت، بحيث تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه أو المحددة له، والتوتر والقلق الشديد في حال وجود أي عائق للاتصال بالإنترنت قد تصل إلى حد الاكتئاب، خصوصاً للأشخاص الذين يفتقدون السند العاطفي، ومن يتصفون بالخجل والوحدة النفسية أو الانطواء.

وتابعت: «مظاهر الإدمان تشمل أيضاً، إهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والدراسية، والحديث المتكرر عن الإنترنت في الحياة اليومية، والرغبة الملحّة لاستعمال الإنترنت، على الرغم من وجود بعض المشكلات، مثل فقدان العلاقات الاجتماعية أو التأخر عن

المدرسة، والنهوض من النوم بشكل مفاجئ، والرغبة في تكملة اللعبة التي يلعبها، إضافة إلى القلق والغضب والاكتئاب وتقلب المزاج السريع، وفقدان الاهتمام في الأنشطة التي اعتاد الاهتمام بها في السابق».

فيما دعا الاختصاصيون الاجتماعيون، محمد صلاح، ونيرة عبدالرحمن، وحنان صفوت، إلى ضرورة التحكم في الأجهزة الإلكترونية بالمنزل، عبر تفعيل رقم سري، لمنع الأطفال من استخدام الأجهزة الذكية في اللعب من دون علم الوالدين، ما يساعد على التحكم في الوقت الذي يتم تحديده، ومراقبة نوعية التطبيقات والألعاب، مشيرين إلى أنه في حال ملاحظة الوالدين انجذاب الطفل للعبة معينة، يمكن إحضار مجسم للعبة نفسها للطفل للانشغال بها، والابتعاد عن اللعبة الإلكترونية.

وأرجعوا إقبال الأطفال والشباب على الألعاب الإلكترونية إلى تراجع دور الأسرة، وغياب الوعي لدى الأطفال والمراهقين، ورغبتهم في المغامرة وملء الفراغ، حيث تشعرهم الكثير من هذه الألعاب بأنهم ذوو سلطة وأهمية، وتفصلهم عن واقعهم، وتدخلهم في حياة وهمية تتسبب في إصابتهم بالاضطرابات السلوكية والعضوية والنفسية، التي تعرف بالتوحد الإلكتروني أو الافتراضي، حيث يصبح الطفل أو الشاب مدمناً الألعاب الافتراضية.

من جانبها، أوصت «دائرة الصحة في أبوظبي، الجهة التنظيمية لقطاع الرعاية الصحية في إمارة أبوظبي جميع آباء وأمهات الأطفال بضرورة ترشيد استخدام الأطفال الألعاب الإلكترونية، على ألا تتجاوز مدة استخدامها من ساعة إلى ساعتين في اليوم، مع وجود الأهل، وعلى أن تكون الألعاب ذات محتوى تفاعلي تعليمي تثقيفي، في حين لا

ينصح بمشاهدة الأطفال أقل من عامين للشاشة على الإطلاق، مشيرة إلى أن هذه التوصيات تتماشى مع ما تقترحه الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال، منوهةً بأن الإفراط في استخدامها قد يعرّض صحة الأطفال للمخاطر، ويؤدي إلى مشكلات صحية محتملة.

وعزت الدائرة مشكلة زيادة الوزن والسمنة لدى الأطفال إلى استخدام الألعاب الإلكترونية المفرط، نظراً لقضاء الأطفال أغلب أوقات فراغهم في الألعاب الإلكترونية بعيداً عن مشاركتهم في الأنشطة التي تحافظ على لياقتهم البدنية.

وقال مدير إدارة خدمات المجتمع بدائرة الصحة، الدكتور جمال النقبي: «لا يمكننا منع أطفالنا من الاستمتاع بتطور عصرهم والتكنولوجيا، ولكن من الضروري الموازنة بين استخدام التكنولوجيا، كالألعاب

الإلكترونية، والحفاظ على صحتهم التي يمكن أن تتأثر بسوء وطول استخدامها».

وأضاف: «لا تخلو الألعاب الإلكترونية من الآثار السلبية العديدة على صحة الأطفال، ومنها آلام الظهر والمعصم، وإجهاد العين، والصداع، والضغط النفسي، والإرهاق البدني، واضطرابات النوم والسمنة من بين المخاطر الصحية المحتملة، التي قد يتعرض لها الأطفال بسبب الاستخدام المفرط، كما أن وضعية جلوس الأطفال غير المريحة، ولفترات طويلة، قد يؤدي إلى حدوث شد عضلي في الظهر والكتف، فضلاً عن شعورهم بالتعب الشديد والإرهاق، وما قد يصاحبه من ضعف حركة الدورة الدموية، والضغط على العضلات والمفاصل».

وأكد النقبي أن «الآباء والأمهات هم القدوة، وهم صانعو التغيير في حياة أطفالهم، حيث تقع على عاتقهم المسؤولية، وأطالبهم بوضع

قواعد ضمن الأسرة للاستخدام السليم للألعاب الإلكترونية، فضلاً عن إشراك أبنائهم في الألعاب الحركية والنشاطات الاجتماعية والرياضية التي تنمّي مهارات التواصل الاجتماعي ومهاراتهم اللازمة لنموهم وتطورهم الجسدي والعقلي».

مسح صحي لطلبة المدارس

أظهر المسح الصحي العالمي لطلبة المدارس بدولة الإمارات لعام 2015، أن 56% من طلبة المدارس من عمر 13-15 سنة، يمضون ثلاث ساعات أو أكثر يومياً في استخدام الألعاب الإلكترونية أو مشاهدة التلفاز، وترتفع هذه النسبة لتصل إلى قرابة 63% لدى الفئة العمرية 16-17 سنة.

وأوضحت الدراسة، أن الأطفال الذين يفرطون في استخدام هذه الألعاب قد يواجهون مشكلات اجتماعية وعاطفية وسلوكية،

كالانعزال الاجتماعي، والخوف الاجتماعي، والقلق والكآبة وضعف الأداء والتحصيل العلمي في المدرسة، مشيرة إلى أن الأطفال قد يشتكون الضغط النفسي، والإجهاد أو الجفاف وحرقان العين، نظراً للتحديق المستمر في الضوء الساطع، والصور المتوهجة، عبر شاشات الأجهزة الإلكترونية، إضافة إلى أن الطفل الأسير لهذه الأجهزة قد يقل عنده الغمز لترطيب العين.

نصائح العلاج

قدمت المعالجة النفسية في جناح العلوم السلوكية بمدينة الشيخ خليفة الطبية، تهاني محمد مصطفى، نصائح للعلاج من إدمان الإنترنت والألعاب الإلكترونية، شملت تجديد نمط استخدام الفرد للإنترنت، وكسر الروتين، والعادة، عبر تقديم أنشطة مماثلة ومختلفة، ووضع أهداف، أو مخطط مسبق لجميع أيام الأسبوع، بحيث يحدد بوضوح كم عدد

الساعات، وكتابة بطاقات لتذكرة الشخص بالآثار السلبية للاستخدام المفرط للإنترنت، وكتابة فوائد الحد من استخدام الإنترنت.

وتضمنت النصائح عمل قائمة بالأنشطة والاهتمامات، والإشارة إلى عوامل إيجابية في تجنب الإفراط في استخدام الإنترنت، كعامل الثقافة والدين والقيم الاجتماعية والأخلاقية، والتي تجب مراعاتها، مشيرة إلى أهمية الحد من عدد الساعات التي يمضيها الأطفال أمام الكمبيوتر والهواتف الذكية، وعدم وضع أجهزة الحاسوب في غرفة النوم، إضافة إلى الحرص على وجود الحاسوب والهاتف الذكي في مكان عام في المنزل، حتى يتمكن الوالدان من مراقبة نشاط الأبناء.

% 56

من طلبة المدارس يقضون أكثر من 3 ساعات يومياً في الألعاب الإلكترونية.

تابعوا آخر أخبارنا المحلية والرياضية وآخر المستجدات السياسية والإقتصادية عبر

مواد ذات علاقة

مختصون: «الإدمان الإلكتروني» يقود إلى العزلة والاكتئاب ويصيب بالعمى المؤقت

«الوطني للتأهيل» يحدّد 5 معايير لكشف حالات «الإدمان الإلكتروني»

23% من الألعاب على هواتف الأطفال في الشارقة قتالية

«سلامة الطفل» تجمع الأطفال في حوار لمواجهة التنمر الإلكتروني

«الإهمال والتفكك» بوابة الأطفال إلى عالم الجريمة

«سلامة الطفل» تواجه التنمر الإلكتروني بجلسات توعية

طفل يلعب لعبة سباق السيارات

تعرف إلى "حيل" المطورين لإدمان ألعاب الفيديو

مخاطر الإنترنت على الأطفال

من ناحية أخرى، حدّد باحث مصري أكثر من 10 مخاطر جراء استخدام الأطفال للإنترنت، من بينها الانحراف الأخلاقي للأطفال وإغراقه في قالب معين يُحرف شخصيته.

وأعدّ الدكتور محمد مصطفي محروس، هذه الدراسة بحثه بمعهد العلوم الاجتماعية في جامعة الإسكندرية، عن دور وسائل التواصل الاجتماعي في الارتباط المفرط والانحراف الأخلاقي للأطفال في سن (4 – 11 سنة)؛ لمعرفة أثر الارتباط المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي على الأطفال، وتحديد أثر التعلق لدي الأطفال من خلال استخدامهم لوسائل التواصل الاجتماعي، وكيفية العلاج من آثارها.

وقال الباحث المصري لـموقع "سكاي نيوز عربية"، إنه لا يمكن الهروب من شبكة الإنترنت في الوقت الحالي، إذ لا يقتصر استخدامها على عمر أو فئة معينة.

وأشار إلى أن مخاطر استخدام الإنترنت تتضمن سرقة الوقت من الطفل، وتحوّله لطفل عصبي الطباع حال الاستمرار لساعات طويلة أمام الشبكة، وتأثر وضعه النفسي لأنه يعيش أجواءً مختلفة عن الواقع الاجتماعي المحيط به، بخلاف أنه يعيش في وهم الألعاب التي يستخدمها.

وأضاف أن الألعاب الإلكترونية تتسبب في زيادة العدوانية عند الطفل، كما تؤدي شبكة الإنترنت لزيادة الانطوائية عند الأطفال، بخلاف ضعف شخصيتهم وغياب الهوية لديهم، بجانب التأثير على تفكيرهم حال بقائهم كثيرا أمام الشاشة. أسباب وأعراض وطرق علاج ادمان الالعاب الالكترونية

ادمان الالعاب الالكترونية هو أحد الظواهر المنتشرة بصورة كبيرة خاصة بين المراهقين والشباب نتيجة إنتشار العديد من الألعاب التكنولوجية وزيادة وسائل التواصل، كما أن شركات الألعاب الألكترونية لها دور كبير في زيادة إنتشار هذه الظاهرة نتيجة التنافس في تداول الألعاب مما يدفع الشباب إلى الإعتياد عليها وتُصبح قاعدة أساسية في روتين الحياة اليومي.

ما هو ادمان الالعاب الالكترونية ؟
ادمان الالعاب الالكترونية هي ظاهرة منتشرة وتتمثل في تعلق الطفل أو المراهق بصورة كبيرة بالألعاب الألكترونية وعدم القدرة على التواصل مع الآخرين، بالإضافة إلى التأثير على النشاط اليومي والطبيعي للطفل وحدوث تغير في السلوكيات حتى أن الطفل قد يحلم بالألعاب خلال النوم.

أنواع ادمان الالعاب الالكترونية

يتم تصنيف ادمان الالعاب الالكترونية إلى تصنيفين وهما:

إدمان الألعاب الألكترونية ذات المهمة الواحدة:
وفيها يكون لاعب واحد، وعند تحقيق المهمة المطلوبة تنتهي اللعبة، لذلك هذا النوع من الألعاب لا يُسبب الإدمان.

إدمان الألعاب الألكترونية متعددة المهام:
هنا يقوم الطفل باللعب مع أكثر من لاعب عبر الإنترنت ويقوم بإنشاء شخصية وهمية والتعرف على لاعبين من كافة دول العالم، ولا يوجد نهاية محددة لهذه اللعبة لذلك تجد الشخص متعلق بها ودائم اللعب وهنا يصاب بالإدمان.

أسباب ادمان الالعاب الالكترونية

هناك العديد من الأسباب التي تجعل الطفل أو المراهق وحتى الكبار أحياناً يدمنون الألعاب الإلكترونية ومن بينها:

العزلة والبعد من قبل الأبوين عن التواصل مع الأبناء.
الشعور بالفراغ مما يجعله يلجأ إلى الألعاب لسد الفراغ.
الشعور بالسعادة والنشوة نتيجة ممارسة الألعاب والاعتياد النفسي عليها.
الرغبة في الهروب من الواقع ويحدث ذلك عادة في فترة المراهقة نتيجة البعد الاجتماعي عن الأهل.
الإحترافية الشديدة في جذب الشباب إلى الألعاب وهذا هو الدور التسويقي للشركات الألعاب الألكترونية.
أعراض ادمان الالعاب الالكترونية
شدة التعلق بالأجهزة الألكترونية.
عدم الرغبة في اللعب والتواصل مع الأطفال الآخرين.

عدم الرغبة في الخروج من المنزل.
تمسك الطفل بالبقاء داخل أماكن الألعاب.
التأخر الدراسي وإهمال المذاكرة.
البحث عن أموال للذهاب إلى مراكز الفيديو جيم.
فقدان في الشهية ونزول الوزن.
العصبية الشديد وفقدان التركيز.
أضرار الألعاب الإلكترونية الجسدية والنفسية
إدمان الألعاب الألكترونية يؤدي إلى الكثير من الأضرار الجسدية والنفسية ومن بين الأضرار الجسدية:

الشعور بألم دائم أسفل منطقة الظهر والفقرات القطنية.
آلام متفرقة بالرقبة.
ضعف عضلات المثانة خاصة عند الأطفال.
فقدان في الشهية ونزول الوزن.
إضطرابات في الهضم.
خمول في العضلات.
إحمرار العين وضعف التركيز.

الأعراض النفسية لإدمان الألعاب الألكترونية
الشعور بالقلق والتوتر الشديد.
الإصابة بالاكتئاب.
العزلة والشعور بالوحدة.
الإصابة بالفصام.
هناك حالات إنتحار كثيرة حدثت مؤخراً بسبب الألعاب الألكترونية.
طرق علاج إدمان الألعاب الإلكترونية للكبار والأطفال والمراهقين
يجب عليك شغل اوقات الفراغ عن طريق ممارسة رياضة او القراءة أو الخروج مع الأصدقاء.
على الأهل تحديد وقت معين خلال اليوم لممارسة الألعاب الألكترونية.
متابعة الطفل ومراقبة تصرفاته الانفعالية خلال اللعب.
حاول التقرب من إبنك المراهق وتعرف على المشكلات التي تواجه وحاول أن تجد حل معه.

لا تقم بتعنيف الأطفال بل حاول تعديل سلوكياته بالتقرب منه.
قم بالإشتراك لهم في نادي رياضي.
حاول إكتشاف الموهبة وحاول على دعمها وتطويرها.
لا تقم بشراء أجهزة ألعاب الكترونية للأطفال دون عمر السادسة.
أما إذا لم تستطع علاج مشكلة إدمان الألعاب الإلكترونية فيمكنك أن تقوم بإستشارة أحد الأطباء النفسيين عن كيفية الخروج من هذه الدائرة وتعديل سلوكيات الطفل أو المراهق.
/2020/02/04
وسوم إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية.. مفتاح الأمراض النفسية, إدمان الألعاب الالكترونية يهدّد للأطفال والمراهقين بالعزلة الاجتماعية, ادمان الالعاب الالكترونية عند الاطفال, ادمان الالعاب الالكترونية للكبار, ادمان الالعاب الالكترونية للمراهقين, ادمان الالعاب الالكترونية منظمة الصحة العالمية, اسباب ادمان الالعاب

الالكترونية, التخلص من ادمان الالعاب الالكترونية, حلول ادمان الالعاب الالكترونية, طرق الوقاية من ادمان الالعاب الالكترونية, ظاهرة إدمان الأطفال للألعاب الإلكترونية, كيف تتخلص من ادمان الالعاب الالكترونية, مدمن الألعاب, مشكلة ادمان الالعاب الالكترونية, موضوع عن الادمان على الالعاب الالكترونية خطرا على تفكير الابناء وسلوكهم, نصائح للتخلص من ادمان الالعاب الالكترونيةتأثير الأجهزة الذكية على الأطفال فيما يلي تأثير الأجهزة الذكية على الأطفال:

الإصابة بالسمنة: قد يكون الانخراط في نشاط يستدعي الجلوس لفترة طويلة، مثل ممارسة ألعاب الفيديو أو مشاهدة التلفاز، أحد عوامل خطر الإصابة بالسمنة، حيث يجلس الطفل لساعات طويلة أمام هذه الأجهزة دون أن يدري لأنه يشعر بالمتعة، وحينما يشعر بالجوع، فيتناول الحلوى السريعة والأطعمة

بكميات كبيرة، وهو ما يسبب الإصابة بالسمنة في نهاية المطاف.
زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب: هناك ارتباط وثيق بين الإصابة بالسمنة وزيادة خطر الإصابة بالأمراض المزمنة، مثل أمراض القلب، ومرض السكري، وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم.
تأثيرات سلبية على الدماغ: هناك العديد من أضرار الأجهزة الإلكترونية على الدماغ، وذلك نتيجة الاشعة الكهرومغناطيسية التي تصدر عن هذه الأجهزة، والتي يقوم الجسم بامتصاصها، وبالتالي تسبب آلام الرأس المزمنة، والتوتر، وزيادة الانفعالات، والإصابة بالتوتر والإحباط.
مشاكل النوم: أيضاً تعتبر مشاكل النوم من أضرار الأجهزة الإلكترونية على الأطفال، إذ يتداخل الضوء المنبعث من الأجهزة الإلكترونية مع دورة نوم الدماغ، ويمكن أن يمنع الحصول على نوم جيد ليلاً، كما يمكن

أن تتسبب الأجهزة الإلكترونية في تأخر نوم الطفل لأن الوقت يسرقه أمام هذه الشاشات، ويجعله ينسى موعد نومه.
القيام بسلوكيات خاطئة: يأتي الكذب في مقدمة السلوكيات الخاطئة التي يمكن أن تسببها الأجهزة الإلكترونية، حيث يضطر الطفل للكذب من أجل البقاء لفترات طويلة أمام الجهاز، فيدعي النوم أو أنه لم يجلس كثيراً، أو يقوم بتخبئة الجهاز الإلكتروني في الفراش ليستخدمه أثناء النوم، وهو ما يؤثر على صحته بشكل كبير.
آلام الرقبة والظهر المزمنة: يتطلب الجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية واللوحية، البقاء في وضعية غير صحيحة لفترات طويلة، حيث يمكن أن يكون الظهر منحني وكذلك الرقبة، وبمرور الوقت، تصبح هذه المشكلات الصحية مزمنة، وقد يعاني الطفل من آلام الرقبة والظهر، وألم في أسفل الظهر فيما بعد.
ضعف النظر: مشكلة صحية أخرى تنتج عن الجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية لفترة

طويلة، وهي ضعف النظر وجفاف العين، وذلك نتيجة التحديق المستمر في هذه الأجهزة، وخاصةً عند استخدام الأجهزة الصغيرة التي تتطلب اقتراب الوجه منها أثناء اللعب أو مشاهدة المقاطع المصورة.

الإصابة بالاكتئاب والقلق: يعتبر القلق والإكتئاب من أضرار الأجهزة الإلكترونية على الدماغ، حيث أن كل الوقت الذي يقضيه الطفل أمام الشاشات يمكن أن يؤثر سلباً على صحته العقلية والعاطفية، وذلك نتيجة العزلة والتعايش مع عالم افتراضي وتجنب العلاقات الاجتماعية الهامة أثناء فترة التأسيس، وبالتالي يعتاد الطفل على الوحدة، وقد يتسبب هذا في الإكتئاب مع تقدم العمر، كما أنه يجعل الطفل شخصاً خجولاً لا يتمكن التعامل مع الأشخاص بطريقة صحيحة.

المشاكل التعليمية: يعاني الأطفال في سن المدرسة الذين يجلسون أمام الأجهزة الإلكترونية لفترات طويلة من مشاكل في التعليم أكثر من غيرهم، وذلك نتيجة قلة النوم

وبالتالي انخفاض مستوى التحصيل المدرسي، وكذلك عدم الرغبة في المذاكرة وكثرة السرحان أثناء تلقي الدروس.
الميل إلى العنف: يعد العنف من أبرز أعراض الإدمان المرضي على ألعاب الفيديو، حيث يمكن أن يؤدي التعرض لمشاهد عنيفة أو اللعب التي تعتمد على العنف إلى جعل الأطفال غير حساسين تجاهها، وفي النهاية، قد يستخدمون العنف لحل المشكلات وقد يقلدون ما يرونه أمامهم، ليصبحوا أطفال أكثر عنفاً، ويعتبر الأذى أسلوب حياتهم في التعامل مع الأطفال الآخرين.
للمزيد: نصائح قبل استخدام الأطفال للأجهزة اللوحية

طرق الوقاية من اضرار الأجهزة الذكية على الأطفال
يمكن الوقاية من أضرار الأجهزة الذكية على الأطفال بعدة طرق، وتشمل:

تحديد وقت جلوس الأطفال أمام الأجهزة الإلكترونية

ينصح بتحديد وقت معين لجلوس الأطفال أمام الأجهزة الإلكترونية، على أن يكون هذا الوقت مكافأة للطفل حينما يقوم بسلوك جيد مثل ترتيب غرفته أو استذكار دروسه وغيرها من الأمور، وينصح ألا يزيد وقت جلوس الأطفال أمام هذه الأجهزة عن ساعة في اليوم.

ايجاد بدائل للطفل

لا يمكن منع الطفل من الجلوس أمام الأجهزة اللوحية دون أن تجد الأم بدائل للطفل حتى يخرج طاقته ويستمتع بوقته، ويكون ذلك من خلال اللعب مع الطفل أو توفير أدوات تساعده في عمل صناعات يدوية ليبدع فيها، بالإضافة إلى أنشطة أخرى مثل قراءة قصص ورقية أو الرسم وغيرها من الأنشطة المفضلة للأطفال.

تخصيص وقت لممارسة الرياضة
يجب تخصيص وقت لممارسة الرياضة يومياً، فكم هي مهمة لصحة الطفل وتساعده في إخراج طاقته بطريقة صحيحة، كما تضمن الحفاظ على النمو السليم للجسم والوقاية من السمنة، ويمكن ممارسة الرياضة في المنزل أو أخذ الطفل في حدائق مفتوحة لممارسة التمارين الرياضية أو المشي.

ومن الضروري أن يذهب الطفل إلى النادي ويتعلم رياضة جديدة يفضلها، ليصبح شخص رياضي واجتماعي ويكتسب ثقة كبيرة في ذاته.

عمر ابني ٢٢ يوم و يستعمل حليب بيبيلاك ec هل الحليب مناسب لنمو ام يجب استعمال نوع حليب آخر

شاهد الإجابة
الحرص على الجلوس مع الطفل

ينبغي على الأسرة أن تحدد وقتاً للجلوس مع بعضها البعض، ويتشاركوا في اللعب وتبادل الحديث، ويقوم كل فرد منهما بالتحدث عن يومه ليعتاد الطفل أن يحكي مختلف المواقف الخاصة به ويشاركها مع أهله.

الحفاظ على نمط نوم صحي

على الآباء مراقبة أبنائهم دون أن يلاحظوا للتأكد من أنهم يناموا في موعدهم وعدم ترك الأجهزة اللوحية بين يديهم في غرفة النوم، وذلك لضمان حصول الطفل على عدد ساعات النوم المناسبة له، والوقاية من اضطرابات النوم.

كن قدوة لهم

يجب أن يكون كل من الأب والأم خير قدوة لأبناءهم، لأن الآباء هم مرآة الأبناء، ولا يمكن أن نطلب من أبناءنا أن يمتنعوا عن الجلوس أمام الأجهزة الإلكترونية أو تقنين وقت استخدامها، ونحن لا نفعل ذلك.

وضع قواعد لاستخدام الأجهزة الإلكترونية
يجب على كل من الأب والأم من وضع قواعد للمنزل لا يمكن تخطيها سواء من الكبار أو الصغار. فيما يلي بعض أمثلة القواعد المنزلية التي ينصح باتباعها:

عدم استخدام الأجهزة الإلكترونية أثناء تناول الوجبات.
عدم استخدام الأجهزة الإلكترونية في السيارة.
عدم استخدام الأجهزة الإلكترونية أثناء في غرف النوم.
عدم استخدام الأجهزة الإلكترونية أثناء الجلوس مع الأسرة.
ترميم الاسنان للاطفال
ترميم الاسنان للاطفال
هذه العملية احد انواع عمليات ترميم الاسنان طورت للتتناسب مع علاج و وق... اقرأ أكثر

كلمات مفتاحية

تأثير الأجهزة الذكية على الأطفالأضرار الأجهزة الذكية على الأطفال والمراهقينأضرار الأجهزة الإلكترونية على الأطفالأضرار الأجهزة الإلكترونية على الدماغ

أسئلة وإجابات مجانية مقترحة

تاثير الاكل وضع فيه العطر على الاطفال واحدة

see-answer-arrow

ماهو ناثير تكرار تلقيح الاطفال حديثي الولادة على صحة الطفل

see-answer-arrow

س ماالخصائص الصحيه للاطفال س ماهو النمو الجسمي للاطفال مالعلاقه بين انواع الملوثات ونمو الطفل س

see-answer-arrow

هل يوجد علاج الضمور الدماغ عند الاطفال او تخفيف من الاعراض او ايقف التدهور الصحي الطفل

see-answer-arrow

ما تاثير دواء ابيكسدون على بداية التعلم للاطفال

see-answer-arrow

ماهو افضل حليب للاطفال المواليد حديثا و صحه وامان لطفل

see-answer-arrow

حليب الاطفال منتهي الصلاحية هل تاثيره السلبي شديد

see-answer-arrow

هل المصاصه مفيده لطفل ابن شهر ام فيها مخاطر وماهو الغذا الصحي لنمو الطفل

see-answer-arrow

هل ضربات الراس عند الاطفال لها تاثير على نمو و دكاء الطفل

see-answer-arrow

هل تؤثر الادويةالفاتحة للشهية على صحة الاطفال اذا استخدمت لفترة طويلة

see-answer-arrow

عرض كافة الأسئلة

فيديوهات طبية

arrow

آخر مقاطع الفيديو من أطباء متخصصين

الدكتور شيار باسم صادق جبرالدكتور شيار باسم صادق جبر

10 نوفمبر 2013

ما هي أخطار الحقيبة المدرسية على صحة الط...

ما هي أخطار الحقيبة المدرسية على صحة الطفل؟play

3474 like مشاهدة

الدكتور شيار باسم صادق جبرالدكتور شيار باسم صادق جبر

11 نوفمبر 2013

فقدان الشهية عند الاطفال
فقدان الشهية عند الاطفالplay
مشاهدة like 1790
هل وجدت هذا المحتوى الطبي مفيداً؟

icon نعم icon لا
تحدث مع طبيب بسرية تامة و ناقش حالتك الصحية

اشرح حالتك للطبيب الان
ذات صلة :
قلة النوم تؤثر على صحة الاطفال
نصائح قبل استخدام الاطفال للاجهزة اللوحية
المخاطر الصحية لأجهزة الانترتت اللاسلكية
مخاطر الأجهزة التكنولوجية على صحة الأطفالخطر الألعاب الإلكترونية على عقيدة الطفل المسلم

أثبتت الدراسات والبحوث التي أُجرِيتْ في العديد من دول العالم حولَ الألعاب الإلكترونية: أنها تشكِّل خطرًا بالغًا على الأطفال، وأن لها آثارًا سلبية كبيرة؛ فهي تؤثِّر على مستواهم العقليِّ، وتحُدُّ من نشاطهم الحركي، وتَعزِلُهم عن محيطهم الاجتماعيِّ والعائلي، بالإضافة إلى تأثيرها البدنيِّ والنفسي، حتى وصل تأثيرها إلى الدين والعقيدة، وهو أخطرها على الإطلاق.

فهذه الألعاب لم يقتصر ضررُها على جانب معيَّن فقط، بل شمل جميع الجوانب، وتَعدَّى كلَّ الحدود؛ فكم نسمع في الصحف والمجلات من جرائمِ قتل بسبب لعبة معيَّنة، أو انتحار طفل متأثرًا بإحدى الألعاب التي تشجِّع على العنف والقتل! وكم هي حالات التشنجات

العصبية، والاضطرابات العقلية، والشحنات الزائدة التي تصيب الأطفال الذين يُدمنون على لعبها، أو يقضون ساعاتٍ طويلة معها! وهذا كلُّه جانب يسيرٌ مما تُخفيهِ هذه الألعاب من أضرار، وما تحمله من دمار.

أما كيفية مواجهتها، فأقول: إن الواجب علينا جميعًا بيانُ هذه الأضرار ونشرها بين الناس، وحماية الأطفال والأُسَر في مجتمعاتنا من التفكُّك والمعاناة في المستقبل، فهؤلاء الأطفال هم صغار اليوم يُوشِك أن يكونوا رجالًا غدًا، يُكوِّنون أُسرًا، ويَبْنون مجتمعات، فإذا عاشوا من صِغَرِهم وهم يَحمِلون معهم هذه الأضرار، ويتعرَّضون لهذه الأفكار، انعكس ذلك على حياتهم الأسريَّة، وتربيتِهم لأبنائهم في المستقبل، فالجميع مطالب ببيان آثارها والتحذير منها، كل واحد في مكانه، وحسب تخصصه وما له، فاليوم لا بد أن تتضافر

الجهود، ويُنسَّق العمل لإنقاذ أطفالنا من شرِّ هذه الألعاب وخطرها، وبيان ما تحمله من أفكار دخيلة وغريبة على مجتمعاتنا وديننا، فمعرفة ضررها للحذر منها منهجٌ أصيل، وتصرُّف صائب، يقول الشاعر:

عرَفتُ الشَّرَّ لا للشَّرْ
رِ لكنْ لِتَوَقِّيهِ
ومَنْ لم يَعرِفْ الشَّرَّ
مِن الخيرِ يَقَعْ فيهِ

ويتنبه لها الآباء، فمعرفةُ الشيء والعلم به خيرٌ من الجهل الذي يؤدي بنا إلى الضياع والهلاك.

فهذه الألعاب هي سلاح ذو حدَّينِ؛ إن أُخِذتْ كما هي دون رقابة ومتابعة ضرَّتْ وأهلكت،

وإن مرَّتْ على مقص الرقيب وغربلة الآباء؛ للوقوف على أضرارها، وتفادي سلبياتها، ومعرفة مدى مناسبتها للطفل، نفَعتْ وأصلَحت، وتجنَّبَ المجتمع كثيرًا من الآثار المدمرة، والظواهر المرَضيَّة الخطيرة، فالأمر مرهون بمدى متابعة الأسرة للأبناء ومراقبتها لهم، دون أن يُشعِرَهم ذلك بأن الآباء يتجسَّسون عليهم، أو يحسسهم بأنهم لا يَثِقون بهم.

ويمكن إزالة ذلك بالنقاش والحوار، والبعد عن الجمود وسياسة القطب الواحد ﴿ مَا أُرِيكُمْ إِلَّا مَا أَرَى وَمَا أَهْدِيكُمْ إِلَّا سَبِيلَ الرَّشَادِ ﴾ [غافر: 29]، ومحاولة التقرُّب من الأبناء؛ لمعرفة ما يتصفَّحون، أو الألعاب التي يلعبون بها، فنجاح الأسرة مرهون بمدى تقبُّل الآباء للأبناء، والنقاش معهم، وفتح باب الحوار، وسماع وجهات النظر لجميع الأطراف،

واحترام بعضهم بعضًا ضمن إطار الأسرة الواحدة بالرفق والحب، اللذين هما مداخل للقلوب؛ يقول عليه الصلاة والسلام: ((ما كان الرفقُ في شيءٍ إلا زانه، ولا نُزع من شيء إلا شانه)).

ولما توسَّعت هذه الأضرار فشَمِلتْ جميع جوانب الطفل، وإنْ روَّج لها البعض بأن لها فوائدَ، ويكتسب الطفل منها مهاراتٍ ومنافع، ولكن أين تجدها بين هذا الكمِّ الهائل من الألعاب، وتحت هذا الركام الفظيع من المخاطر والأضرار، ففرزُ النافع يحتاج إلى مجهود كبير، ومتابعة دقيقة، قد لا يستطيع الجميع تحصيلها إلا بشِقِّ النفس ومضاعفة الجهد، وليت هذه الأضرار اقتصرت على الجوانب العقلية أو الاجتماعية والنفسية فقط، بل وصل ضررُها إلى الدِّين، الذي هو أغلى ما يملكه الإنسان، والذي بخسارته خسارة

الدنيا والآخرة، فالحفاظُ على الدين عند أبنائنا واجبٌ لا تهاون فيه أو جدال.

وقد بحثتُ في بعض هذه الألعاب المشهورة منها، التي يتداولها الكبار والصغار؛ لعلي أقف على بعض آثارها المدمِّرة على عقائد أبنائنا، وذكرت بعضًا منها في هذا المقال على سبيل العموم والإيجاز، وإلا فالضرر أكبرُ، والخطر أعظم، ولا أخفيكم أنني خلال قراءتي المحدودة وجدت أن كثيرًا من هذه الألعاب جاءت لهدم أصول الإسلام والعقيدة الصحيحة، أو تشويهها والتشكيك فيها لدى أبنائنا، بل إنها تُزعزِع الإيمان، وتهدم الإسلام في نفوس أطفالنا؛ عن طريق عرضها كلَّ ما يتنافى مع مبادئ الإسلام، والطعن في ثوابته وأركانه.

فخصصت هذا المقال لعرض بعض هذه الأضرار، وبيَّنت بعض الوسائل التي تتنافى مع عقيدة الإسلام، بل وتضادها جملةً وتفصيلًا، والتي ما جاء الإسلام إلا لتحريمها، والتحذير من اتِّباعها، مراعيًا فيها الإيجاز، ودون الإطالة؛ فالعناوين تكفي أن تصيبك بذهول، وتشعرك بالكآبة، فمصيبة الدنيا أهوَنُ بكثير من مصيبة الدين، كما كان يدعو نبيُّنا عليه الصلاة والسلام: ((ولا تجعل مصيبتنا في ديننا ...))، وإن تيسَّرَ لنا في مقالات أخرى أن نعرض جوانبَ أخرى من أضرارها على الأطفال، وخطرها على حياتهم النفسية والعقلية والاجتماعية والعلمية.

أولًا: الأضرار الدينية:

لا يُساوِرُ المتابعَ لهذه الألعاب أدنى شك في ضررها على الدين، وخطرها على العقيدة الصحيحة، فليس كما يظن أغلب أولياء الأمور أنها مجرد ألعاب يتسلَّى بها الأبناء، ويقضون الأوقات أمامها فقط؛ فقد تبيَّن أن هذه الألعاب ما هي إلا طُعمٌ يصطاد بها الغرب فرائسه، وينصب فيها حباله وشباكة، حتى إذا تعلق الطفل بها، وأدمَنَ على لعبها، جاءت التحديثات الجديدة لهذه اللعبة تُملي عليه ما يريدون، وتَعرِض أمامه ما يَسعَوْن إليه، فيتقبَّلها الطفل دون علمه بما تنطوي عليه من مخالفات شرعية وعقدية خطيرة، كما حدث قبل فترة في تحديثات اللعبة الشهيرة - PUBG MOBILE- فهذه الألعاب وغيرها ما هي إلا كالعسل الحلو المذاق، ولكنه مدسوس فيه السم الزُّعاف القاتل، وانظر إلى أول هذه المنكَرات، وهو أخطرها وأعظمها جُرمًا، فهي:

- تشتمل على السجود لغير الله وتعليم الشرك به، وتهوينه في النفوس، والله تعالى يقول: ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ ﴾ [النساء: 48]، فأعظم ذنبٍ هو الشِّرك بالله، واتخاذ النِّدِّ له في الاعتقاد والعبادة، مهما صغُرت أو خفيت؛ ففي الأثر عن سلمان الفارسي أنه قال: (دخل رجلٌ النارَ في ذبابة....) قرَّبَها لغير الله، فأشرَكَ بالله، فكيف بهذه الألعاب التي تأمُرُ الطفل أو اللاعب أنه إذا أراد أن ينتقل من مستوى إلى آخر عليه أن يسجُدَ لصنم، أو يقف في موقف صلاة خاضعًا مستسلمًا لوثن؟! ثم يفتح له وينتقل إلى المستوى الأعلى، كما في لعبة "Sekiro ShadowDia Twice"؛ فمن محتوياتها جعلها الصلاة للأصنام من الممارسات المطلوبة للتزود بالقوة واستكمال اللعب.

ولقد كنا نتحدث مع مجموعة من الشباب عن هذا الأمر، فقال: إنها مجرد لعبة فقط وليست حقيقة، وما عَلِموا أن المصيبة هي رضاك وموافقتك للفعل، وإن كان افتراضيًّا وهميًّا كما يقولون، بل إن هناك مصيبةً أكبر وأمرًا جللًا، وهو أن هناك ألعابًا تظهر فيها تقديس وعبادة الأشخاص كما في لعبة " The Last of Us Part 2"؛ حيث تُقدَّس وتُعبد فيها فتاة تدعى النبي.

تخيَّلْ! إلى هذا الحد وصل الأمر؛ أن تُقدَّس امرأة وتُعبَد كالإله، أين التوحيد؟ أين الاعتزاز بالله ربًّا سبحانه؟ أين البعد عن كلِّ ما يعكِّر صفو التوحيد، ويسهِّل الشرك للأطفال؟ دمَّرتها هذه الألعاب، وألقتْها هذه البرامج والتطبيقات، فقلَّ تعظيم الله في النفوس، وهانت مكانة الله في القلوب، فلا تدري بعدها بأيِّ وادٍ هلك ذلك الشخص؛ فهو بالدين

إنسان، فإذا ضيَّعه هوى إلى منزلة الحيوانات، ونزل لمرتبة البهائم.

• كثرة عرض الصليب أمام الأطفال بأشكاله المختلفة، وصوره المتعددة، ومن باب (بالمثال يتضح المقال) كما في لعبة "Grand Theft Auto V GTAV"؛ ليعتاد الطفل على رؤيته وشكله، فهو حاضر في أغلب الألعاب من بدايتها وحتى نهايتها، والهدف من ذلك هو ربط الطفل في مراحل اللعبة بهذا الصليب الذي من خلاله يوصِّلون رسالة للطفل أن السلاح الذي يكون فيه صليب سلاحٌ لا يُقهَر أو يُهزَم أبدًا، وأن هذا الصليب يزيد من قوة السلاح، ويعطي حامِلَه روحًا أخرى وقوة مضاعفة، وأنه يحتوي على طاقة روحية تنقذ العالم من الدمار، والبشريةَ من الهلاك، فيألف الطفل هذا الصليب ويميل قلبُه إليه، ويتعلَّق ذهنه به،

فينجذب تجاهه إذا رآه، ويخفُّ إنكاره له إذا صادفه.

وما مظاهر الشباب اليوم وهم يرتدون بعض السلاسل التي ظهَرت في هذه الألعاب إلا محاكاة لهذه الألعاب، وتقليدٌ لهذه الأدوار التي شاهَدوها في هذه الألعاب، فإذا سألتَه وقلت له: إن هذا صليب! قال: هذا في لعبة كذا وكذا، الله المستعان، انظر كيف يحبِّبون الأطفال في الصُّلْبان، ويعلِّقونهم بها، ويرغِّبونهم في احترامها؟!

• ومن مظاهر عبثِها بالعقيدة تمجيدُها للسِّحر وتقديس السحَرة، وكثرة عرض المَشاهد أمام الأطفال في هذه الألعاب، فترى أن الجيش أو الجندي إذا لم يستطع الاقتحام، ذهب إلى

هؤلاء السحرة فيُتمتِم له بكلام ورموز، فينتصر الجيش ويقتحم الأعداء ويكون النصر حليفه، فكيف يا ترى يستقبل الطفلُ هذا المشهد، وكيف يترجم هذه اللقطات في حياته، وكيف بعدها ترتسم الصورة عن السحَرة في ذهنه وعقله؟ أهي كما يصوِّرُها ربُّنا أن هؤلاء مفسدون مجرمون يجب أن يُحارَبوا لضررهم على المجتمع وخطرهم على العقيدة ﴿ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ ﴾ [البقرة: 102]، أو كما تصوِّرُه هذه اللعبةُ من أنه المنقذ والمخلِّص ومن بيده النصر والغلَبة؟!

• وأيضًا من حربها على العقيدة، وضررِها على الدين: أنها تُضفي مرتبة القُدسية على شخصيات، وتُظهِرهم بأنهم مقدَّسون، لا يُعصى لهم أمر، أو يُرَدُّ لهم طلب، وإعطاؤهم أسماء كأسماء الله تعالى، وتعويدهم على

بعض الطقوس في العبادة، كما يفعله عبَّاد الأوثان من البوذية والمجوسية.

- ومن خطرها أيضًا على الدين كثرةُ رؤية علامة التثليث والأضرحة والتماثيل، وكثرة القصص حول هذه التماثيل أنها تزيد من قوة اللاعب؛ كما في لعبة ا Ghost of Tsushima، التي تمارسها هذه الشخصيات، سواء كانوا لاعبي كرة القدم أو أبطال حروب كما يسمُّونهم، فلا يخلو مشهدٌ من هذا الثالوث المقدس أو التماثيل والأضرحة، التي تُضفى عليها صِبغة دينية وقداسة معيَّنة؛ ففي لعبة Nioh2 يلجأ اللاعب فيها للأضرحة لاستعادة طاقته وكسبِ قوَّتِه.

وقد أُخبِرت أن الأطفال إذا لَعِبوا يفعلون ذلك محاكاةً للاعب المشهور الذي رأوه في اللعبة، وهذه عقيدة فاسدة تدَّعي أن لله ابنًا وروح قدس، وأن الله ثالث ثلاثة، وهذه العقيدة مصادمة للقرآن الكريم والسنة النبوية، التي تبيِّن أن الله واحد لا شريك له، وليس له ند ولا ولد، ولم يتخذ زوجة، ولم يكن له شبيه أو مثيل ﴿ قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ * اللَّهُ الصَّمَدُ * لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ * وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ﴾ [الإخلاص: 1 - 4]، وقوله تعالى: ﴿ لَقَدْ كَفَرَ الَّذِينَ قَالُوا إِنَّ اللَّهَ ثَالِثُ ثَلَاثَةٍ ﴾ [المائدة: 73].

• ومن أضرار هذه الألعاب الإلكترونية تصويرُ مَن في السماء مِن الملائكة الكرام بصورة الغُزاة المغتصبين للأرض، الذي من الواجب محاربتُهم والوقوف في وجههم، وإظهارهم بأنهم أعداء البشرية، يأتون بالفساد والدمار، وتدعو إلى أن يأخذ الإنسان

احتياطات ويعد أدواته للدفاع عن الأرض من هؤلاء الأشرار، وتخليص الناس من شرِّهم ومكرهم، فإذا سمع الطفل يومًا أبًا أو معلِّمًا يذكُر الملائكة في السماء، تبادَرت تلك الصورة إلى ذهن ذلك الطفل، وتجسَّدت أعمالهم بما رآه أو شاهَدَه، فعندما يرى الطفل مثل هذه القصص التي تتنافى مع ما يتعلمه في بيته أو مدرسته، فتتعارض لديه ما يراه مع ما يسمعه، فيكون اعتقاده بهم مشوَّشًا، أو يشوبه كثير من الضبابية والغشاوة.

• إهانتها للمقدَّسات الإسلامية كالمساجد والقرآن؛ حيث إن بعض هذه الألعاب يظهر فيها أن هذه المساجد ملجأ للإرهابيين، وأنها مكان يحتمي فيه المجرمون، فيدمِّرونها على من فيها، ويبيِّنون أن ذلك من باب محاربة الشر والقضاء على الأشرار، ومنها ما يكون مكانًا يعتلي عليه القناصة لقتل الناس وتدمير

المدن والبلدان، وهذا كله من باب محاولة تشويه صورة هذه الأماكن التي يُرفَع فيها اسمُ الله، ويُذكَر فيها اسمه سبحانه، وتشويه صورتها في أذهان الأبناء، وأنها لم تكن يومًا من الأيام دار عبادة، بل هي مكان يلجأ إليه الأشرار، ويتخرج منه الإرهاب، والله تعالى يقول: ﴿ فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ * رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا ﴾ [النور: 36، 37].

وقد خصَّصت هذا المقال لبيان أثر الألعاب وخطرها على العقيدة الإسلامية، وما ترَكتُ أكثرُ مما ذكَرتُ؛ ففي هذه الألعاب حديث عن تحضير الأرواح، وكثرة ظهور الخنزير، والاستغاثة بالمسيح، وإنكار الإيمان باليوم الآخر، والدعوة إلى وحدة الوجود، وإظهار

الأديان بأنها تقوم على عبادة الأوثان، والدعوة لتعدُّد الآلهة، وإحياء أسماء هذه الآلهة التي كانت تُعبَد في الحضارات السابقة.

فإبراز مثل هذه المخاطر وبيانها أمر مهمٌّ؛ ليعلم الناس مصدر الخطر القادم الذي يحاول سلخ أبنائنا من دينهم، وهدم العقيدة في نفوسهم، وإبعادهم عن دينهم ومعتقداتهم، والاستهانة بمقدَّساتهم، فإذا هُدمت هذه العقيدة في نفس الأطفال سهُل التحكم بهم، والوقوع في شباكهم ومصايدهم، وهذا هو ما يريدون، والهدف الذي من أجله يعملون ﴿ وَلَنْ تَرْضَى عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَى حَتَّى تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ ﴾ [البقرة: 120].

فالأضرار شاملةٌ كلَّ مناحي الطفل الصحية الجسدية والعقلية والاجتماعية، بل لها أضرار خفيَّة لا تزال قيد الدراسة والبحث، ولا يزال العلماء يُطلِعونَنا على بعضها بين فترة وأخرى، ولا أقول إلا كما قال الشاعر:

ستُبدِي لك الأيامُ ما كنتَ جاهلًا *** ويأتيكَ بالأنباءِ مالم تُزَوِّدِالحمد لله.

فما عاد يخفى على أحد، كثرة وسرعة انتشار الألعاب الإلكترونية بمختلف أنواعها، والهوس الحاصل بها لدى كثير من الأطفال، كما أن الآثار السيئة والأضرار الصحية الناتجة عن كثرة الانشغال بها ، بل والإدمان عليها، أصبحت أمرا مقررا معلوما منتشرا تعقد من أجله المؤتمرات، وتنشأ من أجل مكافحة الإدمان عليه جمعيات خاصة في بعض دول الغرب .

ولا شك أن المسلم الحريص على تربية أولاده تربية راشدة، بل وأي شخص حريص على صحة أولاده النفسية والاجتماعية والسلوكية؛ بات يقلقه هذا الطغيان الجارف للألعاب الإلكترونية، والتعلق الشديد بها من قبل أكثر الأطفال، مما جعل السؤال عن كيفية التعامل الصحيح مع هذه الألعاب، والبدائل المناسبة سؤالا ملحاً لكل من يهمه تربية أولاده تربية صحيحة، وهنا يمكننا أن نقول :

- ينبغي أن يعلم أن أسلوب المنع البات المباشر ، خاصة مع المكثرين والمتعلقين بها من الأطفال ، لن يكون مجديا ، وقد لا يكون ملائما أيضا من الناحية التربوية ؛ وإنما ينبغي أن ينصب الجهد ، مع الطفل ، في مثل ذلك : إلى المشاركة والتوجيه .

- فالمشاركة تكون بحيث تختار الألعاب السالمة من المخالفات الشرعية، والتي تتناسب مع سن الطفل ، ولا يترتب عليها أضرارا نفسية أو سلوكية .

- والتوجيه يكون بالحوار والإقناع للطفل بضروروة ضبط أوقات اللعب ، وتحديدها ، بما لا يضر بصحة الطفل ، أو واجباته الدراسية ، أو مهماته التي تنفعه غيرها ، ولو كانت ممارسة الرياضة ، فهي أيضا من الأمور المهمة للطفل ، والتي ينبغي ألا يطغى عليها إدمان الألعاب الإلكترونية . وينبغي على الوالد أن يتحلى بالصبر على هذا التوجيه ، وحسن الأسلوب ، وتنويع طرق التأثير (الحوار ـ القصة ـ أخبار مخاطر الأجهزة ونماذج لها بقصص واقعية ، .. وهكذا) .

- ومن المهم ألا يترك الطفل ورغباته ، حتى لو لم تحصل له القناعة التامة ، ولكن يتلطف في منعه ، وتقنين أوقات اللعب، ويتدرج معه في ذلك قدر الإمكان ، مع تنويعها . ويفضل أن يكون الطفل قد قام قبلها بإنجاز عمل مفيد كحفظ سورة ، أو حديث أو بيت شعر، أو حل واجبه أو ترتيب غرفته، أو المساعدة في

أعمال المنزل. ولا يسمح له بالزيادة على هذا الوقت.
- كما أن البديل الأهم ، والذي تَتْبَعه سائر البدائل : هو أهمية استعدادا الوالدين لبذل الوقت مع الأولاد ، والمشاركة الاجتماعية معهم بالجلوس والحوار ، والإشراف على متابعتهم في برامج مفيدة يتم تكليفهم بها . أما أن يكون أهل المنزل ابتداء من الوالد والوالدة ، وانتهاء بأصغر طفل يقضون أكثر أوقاتهم على الأجهزة ، ولا يكادون يلتقون إلا في بعض الوجبات، ثم يبحث الوالدان عن البدائل المناسبة ، فهذا تقصير قد لا يتحقق معه الأثر المنشود لتلك البدائل.
- وكذلك النزهة والخروج مع الأولاد للأماكن الترفيهية المناسبة، ولو جعلت أحيانا على سبيل المكافأة للتقليل من وقت الألعاب .
- ومن البدائل أيضاً: إشراك الأولاد في بعض المراكز الاجتماعية التي تعتني بإقامة برامج تربوية وترفيهية للأطفال، فهذه لها أثر كبير في تنمية الجانب الاجتماعي والمهاري

للطفل، وإخراجه من جو التعلق الشديد بالألعاب الإكترونية.

- ومهما قيل فسيبقى موضوع البدائل عن هذه الألعاب هاجسا لكل من له صلة بالتربية، وعلى الوالدين خاصة العناية بتربية أولادهما على تقوى الله ، ومخافته في السر والعلن ، فإنها أعظم عاصم من آثار هذه الأجهزة المدمرة، مع الإكثار والإلحاح من الدعاء لأولادهما بالهداية التوفيق للخير، ثم بذل الجهد وإعمال الفكر فيما يناسب إشغال أطفالهما وقضاء أوقاتهم بالنافع المفيد قدر الطاقة ، وليسددا ، وليقاربا في ذلك ، قدر طاقتها .

والله أعلم.الألعاب الإلكترونية: ترفيه علمي أم تدمير صحي؟! منذ 2014-05-11 لقد حذّر خبراء الصحة من أن تعود الأطفال على استخدام أجهزة الكمبيوتر والإدمان عليها في الدراسة واللعب ربما يعرّضهم إلى مخاطر إصابات قد تنتهي إلى إعاقتهم، أبرزها إصابات الرقبة والظهر والأطراف ويشيرون

في هذا الصدد إلى أن هذه الإصابات تظهر في العادة عند البالغين بسبب استخدام تلك الأجهزة لفترات طويلة مترافقًا مع الجلوس بطريقة غير صحيحة أمامه.. لم يعد غريبًا أن ينجذب الأطفال نحو الألعاب الإلكترونية على حساب الألعاب الأخرى، فقد أدى انتشار الكمبيوتر وألعاب الفيديو في السنوات الأخيرة إلى بروز دورها بوضوح في حياة الأطفال.. إنها لعبة العصر التي يفضلها الولد على الألعاب التقليدية التي طالما اعتاد أن يلعبها مع أقرانه الأطفال، لتطغى وتفرض نفسها عليها، وإذا كان اندفاع الطفل نحو ألعاب الفيديو والكمبيوتر يحمل في طياته الكثير من الأمور الإيجابية فإن الأمر لا يخلو من بعض المخاطر الصحية والسلوكية والدينية التي ينبغي الالتفات إليها. أولًا: نوعية الألعاب الإلكترونية: إن كافة البرامج وخاصة الألعاب تعتمد على عناصر ومؤثرات ضوئية وصوتية تشد الصغار بشكل كبير وفعال (حتى أنها تشد الكبار أيضًا) نظرًا لتمكنها من

إخراج صور وألوان معينة قد لا يتمكن مخرجو السينما والتلفاز من تنفيذها. وتنقسم ألعاب الكومبيوتر إلى الأنواع التالية: ـ ألعاب تعليمية تعتمد على قصة أو شخصية كرتونية: هذا النوع من الألعاب مفيد جدًا للأطفال فهو يبدأ في تثقيفهم بثقافة سهلة وسلسة وضمن هذا المجال نجد أيضًا بعض البرامج باللغة العربية التي تدعم الثقافة العربية وهذه البرامج يمكن أن يبدأ معها الطفل من سن الرابعة. ـ ألعاب فكرية (تقوية الملاحظة ـ التركيز...): عمليًا تعتبر هذه البرامج للصغار ولكنها تشد الكبار أيضًا نظرًا لأنها تقوي المخيلة وسرعة البديهة و الذاكرة والنشاط الذهني ويبدأ بها الطفل من سن السابعة. ـ الألعاب التي تعتمد إستراتيجيات حربية (تحتاج إلى وضع الخطط): هذا النوع من الألعاب يعتبر نوعًا ما من المراحل المتقدمة والتي تحتاج إلى نضج عقلي ويبدأ بها من سن العاشرة والمراهقة حتى الشباب وأكثر إذ أنها تتدرج صعوبتها. ـ ألعاب تعتمد

فقط على صراع البقاء: هذا النوع من الألعاب قد يكون عنيفًا وقد لا ولكنه يؤدي إلى تبلد الفكر إذ أنه يعتمد على صيد معين (طائرات... مراكب فضائية...) وهو يعتمد فقط على مبدأ تجميع أكبر عدد من النقاط.
ثانيًا: مخاطر الألعاب الإلكترونية: 1- المخاطر الصحية: لقد حذّر خبراء الصحة من أن تعود الأطفال على استخدام أجهزة الكمبيوتر والإدمان عليها في الدراسة واللعب ربما يعرّضهم إلى مخاطر إصابات قد تنتهي إلى إعاقتهم، أبرزها إصابات الرقبة والظهر والأطراف ويشيرون في هذا الصدد إلى أن هذه الإصابات تظهر في العادة عند البالغين بسبب استخدام تلك الأجهزة لفترات طويلة مترافقًا مع الجلوس بطريقة غير صحيحة أمامه، وعدم القيام بأي تمارين رياضية ولو خفيفة خلال أوقات الجلوس الطويلة أمام الكومبيوتر. ومن ناحية أخرى كشف العلماء مؤخرًا أن الوميض المتقطع بسبب المستويات العالية والمتباينة من الإضاءة في الرسوم

المتحركة الموجودة في هذه الألعاب تتسبب في حدوث نوبات صرع لدى الأطفال. كما حذر العلماء من الاستخدام المتزايد لألعاب الكومبيوتر الاهتزازية من قبل الأطفال، لاحتمال ارتباطه بالإصابة بـ (مرض ارتعاش الأذرع والأكف). كما طالب الباحثون بضرورة كتابة تحذيرات على مثل هذا النوع من الألعاب من نوع التحذيرات المكتوبة على علب السجائر، وضرورة تقنين إنتاجها وتحديد نسب اهتزاز معينة، خصوصا مع ازدياد عدد الأطفال الذين يستخدمونها. وقد أشار العلماء أنه على مدى الخمس عشرة سنة الماضية ومع انتشار ألعاب الكومبيوتر، ظهرت مجموعة جديدة من الإصابات الخاصة بالجهاز العظمي والعضلي نتيجة الحركة السريعة المتكررة، موضحة أن الجلوس لساعات عديدة أمام الكومبيوتر يسبب آلامًا مبرحة في أسفل الظهر، كما أن كثرة حركة الأصابع على لوحة المفاتيح تسبب أضرارًا بالغة لإصبع الإبهام ومفصل الرسغ

نتيجة لثنيهما بصورة مستمرة. كما تشير الأبحاث العلمية إلي أن حركة العينين تكون سريعة جدًا أثناء ممارسة ألعاب الكومبيوتر مما يزيد من فرص إجهادها، إضافة إلى أن مجالات الأشعة الكهرومغناطيسية والمنبعثة من شاشات الكومبيوتر، تؤدي إلى حدوث الاحمرار بالعين والجفاف والحكة وكذلك الزغللة، وكلها أعراض تعطي الإحساس بالصداع والشعور بالإجهاد البدني وأحيانًا بالقلق والاكتئاب. 2- المخاطر السلوكية: ذكرت دراسة أمريكية حديثة أن ممارسة الأطفال لألعاب الفيديو التي تعتمد على العنف يمكن أن تزيد من الأفكار والسلوكيات العدوانية عندهم. وأشارت الدراسة إلى أن هذه الألعاب قد تكون أكثر ضررًا من أفلام العنف التلفزيونية أو السينمائية لأنها تتصف بصفة التفاعلية بينها وبين الطفل وتتطلب من الطفل أن يتقمّص الشخصية العدوانية ليلعبها. وقال بعض علماء النفس: إن التعرّض مدة كبيرة للألعاب العنيفة يؤدي إلى انجذاب

أطفال غير عدوانيين للأساليب العدوانية. كما أوضحت الدراسات العلمية أن كثرة استخدام وممارسة الألعاب الإلكترونية في السنوات الأولى من عمر الطفل، تؤدي إلى بعض الاضطرابات في مقدرة الطفل على التركيز في أعمال أخرى أكثر أهمية مثل الدراسة والتحصيل، بل إن بعض ألعاب الكومبيوتر تشجع على الانحرافات السلوكية الخطيرة التي قد يكتسبها الطفل من المشاهدة مثل انتشار العنف والعدوانية، حيث أثبتت الأبحاث أن الطفل الأقل ذكاء يفضل اختيار الألعاب العنيفة عن غيرها. ثالثًا: فوائد الألعاب الإلكترونية: تشير العديد من الدراسات إلى أن ألعاب الكومبيوتر تؤدي إلى الراحة والتدريب والتعاون والتنظيم وإعطاء الثقة بالنفس. أما جديد هذه الدراسات الحديثة فهو تركيزها على الذكاء. ومع ذلك يصر تقرير وزارة الداخلية البريطانية الذي صدر بهذا الشأن على ضرورة مراقبة الأهل، أي ترك الطفل يلعب على الكمبيوتر مع مراقبته، إذ إن هناك

خيطًا رفيعًا يجب الانتباه إليه هو الفاصل بين الفائدة والضرر من ألعاب الكومبيوتر والفيديو. رابعًا: نصائح عامة: ليس كل ما هو متوفر من ألعاب إلكترونية جيدًا، وواجبنا نحن كل منا في موقع عمله وفي واقعه ومحيطه أن يسعى لأن يقدم لأطفالنا الثقافة الضرورية لتنمية مقدراته، فوسائل الإعلام سلاح ذو حدين قد تقوم بدور فعال في توجيه الأطفال وتنشئتهم أو تكون عكس ذلك من خلال المضامين والمواضيع التي تعالجها. ويتمثل ذلك من خلال تربية واعية للطفل ومراقبته جيدًا، وعدم السماح له باختيار الألعاب العنيفة والمؤذية صحيًا ودينيًا. فقد عرضت رئيسة المؤسسة العالمية شيلر (إلغا زيب لاروش) بحثًا طويلاً عن مخاطر تعرّض الأطفال للموت وآثار ألعاب الفيديو فتقول: "البعض يسعون إلى تدمير كل ما هو إنساني، ولهذا فهم يستعملون تقنية من أجل خلق تغييرات في السلوك وغسل الدماغ لأنه لا يمكن أن نقول غير ذلك، فإذا استمر الناس

في مشاهدة هذه المشاهد تموت أرواحهم". وتعبّر هذه الباحثة عن صدمتها للجواب الذي سمعته من أحد الأطفال والذي اعتبرته حالة تحمل في طياتها حالات الآخرين:"جميل أن نقتل كي نصبح أقوياء في مواجهة أعدائنا، يجب إبادة الفقراء لأنهم قد يتحولون إلى سارقين يمكن أن يقتلونا". ولتقليل الأضرار الصحية للألعاب الإلكترونية وحماية الأطفال، ينصح العلماء بألا تزيد مدة اللعب عن ساعتين يوميًا بشرط أخذ فترات راحة كل (15) دقيقة، وألا تقل المسافة بين الطفل وشاشة الكومبيوتر عن (70) سم، على أن تكون الأدوات المستخدمة في اللعب مطابقة للمواصفات العلمية، كأن يكون ارتفاع حامل الكومبيوتر متناسبًا مع حجم الطفل، بالإضافة إلى التأكد من جودة الخامات التي تصنع منها مقاعد الجلوس وكمية الإضاءة المناسبة بالحجرة، وأن يتم إبعاد الأطفال عن الاستخدام المتزايد لألعاب الكومبيوتر الاهتزازية حتى يتجنبوا الإصابة المبكرة

بأمراض عضلية خطيرة كارتعاش الذراعين. إسلامية الألعاب الإلكترونية.. هي الحل لا أحد ينكر أن للألعاب الإلكترونية الغربية الكثير من المساوئ على الرغم من جمالها وقوتها. حتى وإن لم يقصدنا الغرب نحن بالذات، فهو يصدر لنا أخلاقه وحتى دينه على شكل ألعاب كومبيوترية (ما معنى وجود الشخصيات الأنثوية بصورتها شبه العارية في أغلب ألعاب القتال؟!) وغيرها الكثير. لقد بات بعض شبابنا يتأثر بصورة ملحوظة بما يصدره الإعلام إلينا من أفكار وفلسفات وسلوكيات وأخلاقيات لا تمت إلى مجتمعنا وثقافتنا بأي صلة، ولا يمكن مواجهة ذلك التحدي الخطير، إلا بنفس الوسائل والأدوات، فلا يمكن مواجهة الإعلام الغربي إلا بإعلام إسلامي ملتزم وقوي ومؤثر. والآن يأتي السؤال: هل ألعاب الكومبيوتر في عالمنا الإسلامي تستحق مثل هذا الجهد؟. الجواب (نعم). فنحن كمسلمين نختلف عن الغرب من ناحية التفكير في الأهداف، فحيث أن صناعة

ألعاب الكومبيوتر من أصعب أنواع البرمجة، فيجب ألا يهدر المبرمجين المسلمين أوقاتهم وطاقاتهم في إنتاج ألعاب لا هدف لها سوى إمضاء الوقت. فيجب تصميم ألعاب إسلامية مفيدة ليس أقلها من لعبة تمثل استرداد المسجد الأقصى بحيث يشارك اللاعب فيها في المعركة مما سيساعد في إيقاد شعلة الجهاد في نفوس الشباب، هذه الشعلة التي استطاع الغرب أن يخمدها في صدور الكثير منا بوسائله الإعلامية المتعددة، ومن ضمنها ألعاب الكومبيوتر. وفي النهاية أيها المبرمجون المسلمون إسلامكم يناديكم أن تقوموا بدوركم الإلكتروني لنشر ثقافة الدين، وبناء الوعي السياسي والاقتصادي وتعميق الانتماء للدين والقيم والأخلاق، والوطن، ومحاربة الفساد والانحراف والانحطاط وتنمية الثقة بالنفس، والاعتزاز بالهوية الإسلامية والمحافظة على القيم الروحية والمعنوية فهذه هي رسالتكم لتوظيف التكنولوجيا فيما يخدم ثقافتنا وديننا ومجتمعنا.

آلية حماية الطلاب من مخاطر الألعاب الإلكترونية
"دراسة مكتبية"

مقدمة:

لا يختلف معنا أكثر الناس في وجود سلبيات لممارسة الأطفال والمراهقين للألعاب الإلكترونية، ولكن أولياء الأمور يعجِزون عن منع الأبناء من ممارستها، وقد يسمعون من الخبراء من يقول: إن كثيرًا من طلاب المدارس يعانون من الأمراض النفسية بسبب هذه الألعاب، أو يطَّلع بعضهم على الدراسات التي تؤكد على تدني درجات الطالب بسبب انصرافه عن الدراسة والاستذكار وإقباله الشديد على ممارسة هذه الألعاب، وقد يصل بعض الطلاب إلى حالة الإدمان نتيجة

ممارسته لهذه الألعاب، والطامة الكبرى أن الوالدين لا يعرفان أن ابنهما أصبح مدمنًا على ممارسة هذه الألعاب.

لعل هذه الدراسة تكشف بعض الأمور الخافية عن أولياء الأمور، مثل استيراد بعض الدول الألعاب من الدول التي لا تراعي المواصفات الدولية في هذه الألعاب، فظهر ما يُعرَف بـ: "الألعاب المغشوشة"، إلى جانب مكافأة اللاعب على العنف والقتل، فيميل الطفل إلى كراهية من يسيء إليه، حتى والديه.

نحاول في هذه الدراسة تقديم آلية حماية الأطفال والمراهقين من مخاطر الألعاب الإلكترونية؛ حيث إن الباحث لم يجد إلا نادرًا

مثل هذه الآلية - عمليًّا - للحد من مخاطر هذه الألعاب على الأطفال والمراهقين والشباب.

لكن لا بد من تضافر الجهود من الجميع لنجاح الآلية في حماية طلاب المدارس من مخاطر هذه الألعاب.

مفاهيم:

الألعاب الإلكترونية:

هي الألعاب الشبيهة في معظمها بالألعاب الرياضية التي يمارسها اللاعبون، لكنها تدار من خلال أجهزة التكنولوجيا، مثل: جهاز التلفاز، والفيديو، وجهاز الآي فون المحمول،

وجهاز الكمبيوتر، وغيرها؛ (سبتي إبريل 2013).

أنواع الألعاب الإلكترونية:

توجد ألعاب كثيرة في عالم الإنترنت مخصصة للأطفال والمراهقين والشباب، وكثير منها ضارة.

ألعاب الألغاز، ألعاب المغامرات، ألعاب ممارسة الأدوار، ألعاب المحاكاة، ألعاب إستراتيجية.

ألعاب الرعب، ألعاب الرياضة، الألعاب التعليمية.

توجد ألعاب مفيدة للأطفال، لتنمية أساسيات الكتابة والقراءة لديهم، لكن يجب معرفة هذه الألعاب، وكيف تنمي هذه الأساسيات، وشراؤها من المتاجر الموثوق بها.

مخاطر الألعاب الإلكترونية:

المشكلات الصحية:

إجهاد العين الرقمي:

أشار د. فرحان بن خشم السويلمي - استشاري طب وجراحة العيون بكلية الطب بجامعة الحدود الشمالية - إلى أن استعمال الأجهزة الرقمية أو التركيز بالنظر فيها لفترة طويلة يسبب إجهادًا للعين، مضيفًا أن الأطباء تعارفوا في السنوات الأخيرة على استخدام مصطلح إجهاد العين الرقمي " DIGITAL

"EYE STRAIN"، وأحيانًا يشار إليه باسم: متلازمة رؤية الكمبيوتر، موضحًا أن هذه المشكلات أصبحت بازدياد في عيادات العيون، بسبب تقدُّم التكنولوجيا، وتطوُّر الأجهزة الذكية باستمرار.

وأضاف أن تشخيص مرض متلازمة رؤية الكمبيوتر يتم بالفحص؛ حيث يشتكي المريض من جفاف العيون، أو عدم وضوح الرؤية، وإجهاد عضلات العين أو الرأس أو الرقبة وآلام الظهر بعد استخدام جهاز الكمبيوتر أو الهاتف الذكي لفترة زمنية طويلة، مبينًا أن التحديق في شاشات الهاتف والكمبيوتر اللوحي قد يضر الأعين بشكل دائم؛ لأنها تبعث ضوءًا ذا طاقة مشعة عالية " HEV LIGHT"، وهو ما يعرف أيضًا بالضوء

الأزرق؛ (موقع جريدة الرياض 27/ 6/ 2015).

كما أن الوميض المتقطع المتباين من الإضاءة في الرسوم المتحركة، قد يؤدي إلى حدوث نوبات من الصرع لدى الطفل، كما يسبب الاستخدام المتزايد لألعاب الكمبيوتر الاهتزازية الإصابة بمرض ارتعاش الأذرع، كما تؤدي إلى ظهور مجموعة أخرى من الأمراض، خاصة بالجهاز العضلي والعظمي، والأضرار البالغة لإصبع الإبهام نتيجة لكثرة حركة الأصابع أثناء اللعب وثَنْيِها بصورة مستمرة؛ (موقع مجلة حياتك 20/ 1/ 2013).

السمنة:

في مقابلة مع استشاري الجراحة العامة رئيس قسم الجراحة في مستشفى الصباح الدكتور مبارك الكندري قال: "الكويت تعد في المركز السادس عالميًّا بالإصابة في مرض السمنة"، مبينًا أن هناك أسبابًا كثيرة، منها: "تغيير نمط الحياة، والكسل، والركون إلى الراحة، وعدم ممارسة الرياضة بشكل منتظم"، محذرًا من تفشي ظاهرة السمنة لدى الأطفال نتيجة لأسباب كثيرة، منها: وسائل الترفيه الحديثة؛ (جريدة الراي 23/ 12/ 2013).

أعلن استشاري التربية الصحية د. محمد الخليفة عن احتلال الكويت المركز الأول على المستوى العربي في السمنة، والثاني عالميًّا، مشيرًا إلى ضرورة تكثيف الجهود للحد من هذه الظاهرة، جاء ذلك خلال الندوة التي أقامتها مدرسة الفوارس الابتدائية التابعة

لمنطقة الفروانية التعليمية صباح أمس بعنوان: "التغذية والسمنة - اتجاه وسلوك"، وأضاف الخليفة: إننا نهدف من هذه الندوة إلى توعية أولياء الأمور والهيئة التعليمية للحد من السمنة، مشيرًا إلى أهمية الابتعاد عن الوجبات الغذائية السريعة، وضرورة ممارسة الرياضة، والتقليل من استخدام الألعاب الإلكترونية التي تؤدي إلى خمول لدى الطلبة؛ (جريدة صوت الكويت الإلكترونية، 17/ 12/ 2015).

الإدمان:

يقول د. صالح بن محمد الصالحي - استشاري النمو والسلوك، ورئيس برنامج اضطرابات النمو والسلوك بالمجلس الصحي السعودي -: "إن اضطراب ألعاب الإنترنت (internet gamers disorder) أصبح

متعارفًا عليه في الأوساط المهنية؛ حيث يتوقع أن ما يقارب (10 - 15%) من الأطفال والمراهقين مصابون بهذا الاضطراب، الذي ينتج عن إدمان الألعاب الإلكترونية"، مضيفًا أن إحدى الدراسات الاستطلاعية في هذا المجال أشارت إلى أن هذه النسبة قد تصل إلى (23%) في المملكة، موضحًا أنه ينتج عن هذا الاضطرابِ والإدمان مضاعفاتٌ كبيرة على الفرد والأسرة والمجتمع ككل؛ (موقع جريدة الرياض 27/ 6/ 2015).

لنا مقالة في مجلة المعلم عن قياس درجة إدمان استخدام الهاتف المحمول؛ حيث أشارت دراسة أن الأطفال يعجِزون بدورهم عن التخلي عن أجهزتهم الإلكترونية لأكثر من 30 دقيقة، وخصوصًا مع الهاتف النقال، على الرغم من تقديم هدايا لهم، ويطرح سؤال هنا: هل هذا التعلق الشديد يجعل الأطفال

يتخلون عن الدراسة وعن وجبات الطعام وعن؟

وأشارت دراسة سابقة منذ سنوات أن محكمة ألمانية حكَمت على زوجين شابين بالسجن؛ لأنهما تركا طفلهما الرضيع يصرخ في غرفته حتى الموت، بينما كانا مشغولين باللعب على الكومبيوتر أونلاين مع عائلة أخرى؛ (الأنباء 21/ 7/ 2015).

سلوكيات العنف والتسلط:

بدأت الولايات المتحدة تدرس ظاهرة العنف الطلابي عبر وسائل الإعلام الورقية والإلكترونية عام 2000 م من خلال لجنة الصحة العامة بالكونجرس، وأصدرت اللجنة

تقريرًا عن أثر العنف الترفيهي على الأطفال؛ فقد يقضي الأطفال والمراهقون ما بين أعمار (8 - 18 سنة) ست ساعات أمام أجهزة اللعب والترفيه، بينما الأطفال حتى السن السادسة يقضون بمعدل ساعتين أمام (التلفاز، الأفلام، الكمبيوتر)، وتشير الدراسات إلى أن تزايد العنف لدى طلاب المدارس يعود إلى أسباب، منها: وجود هذه الأجهزة في غرف نوم الأطفال، وعدم مراقبة أولياء الأمور لأولادهم، وعدم توجيههم وتوزيع وقتهم بين الدراسة والاستذكار واللعب غير الإلكتروني (البدني)، وبين ممارسة الألعاب الإلكترونية؛ (سبتي، العنف عبر وسائل الإعلام، 2015).

مخاطر وعزوف عن الدراسة:

أجرينا دراستين تشيران إلى هذه المخاطر، الدراسة الأولى: دراسة عزوف طلبة

المدارس عن الدراسة أسباب ونتائج وحلول - دراسة مكتبية، وقد ذكرنا أسبابًا لهذا العزوف، ومنها: تنامي دور أجهزة التكنولوجيا وغياب أو تحجيم دور: الأسرة، المدرسة، المسجد، وسائل الإعلام، كيف؟

- ألغت أجهزة التكنولوجيا حب الدراسة من قلوب الطلاب، كيف؟

- أجادت أجهزة التكنولوجيا الحوار مع الأبناء.

- اخترعت أجهزة التكنولوجيا لتشبع ميول الأبناء.

- تمضية الطالب والمراهق جلَّ وقته في ممارسة الألعاب الإلكترونية.

- دخول غرف الدردشة ومواقع التواصل الاجتماعي.

• استخدامات الموبايل شبكة الإنترنت، البلوتوث والموبايل (النقال).

تشير إحدى الدراسات: إلى أن استخدام الموبايل من قبل طلاب المدارس قد ألهاهم عن دراستهم، وكان سببًا في انخفاض التحصيل العلمي، بل وفي الهروب من المدرسة.

الدراسة الثانية، وهي: دراسة الألعاب الإلكترونية، وعزوف الأولاد عن الدراسة، نتائج، حلول، كانت نتائجها ما يلي:

ممارسة اللعب من ثلاث ساعات فأكثر باليوم الواحد بنسبة (35،5%)، وعدم رضا

الوالدين بانشغال الأولاد باللعب على حساب الدراسة والاستذكار بنسبة (56،3%)، وانشغال الطلبة بالحديث عن الألعاب الإلكترونية بالمدرسة بدلًا من الحديث بشؤون الدراسة بنسبة (78،1%)، وسرحان الطلبة والتفكير بهذه الألعاب وهم بالصف الدراسي بنسبة (35،3%)، وتأجيل حل الواجبات المنزلية من أجل ممارسة هذه الألعاب بنسبة (48%)، وتفضيل ممارسة الألعاب على عملية المراجعة والاستذكار بنسبة (49%)، وانخفاض درجات المواد الدراسية بسبب ممارسة هذه الألعاب بنسبة (51،2%)، وتفضيل اللعب الإلكتروني على قراءة الكتاب المدرسي بنسبة (63،1%)، والاضطرار إلى أخذ الدروس الخصوصية بسبب انخفاض المستوى التعليمي والعلمي للطلبة بنسبة (41،1%)، وهذا يعني كيف أن ممارسة هذه الألعاب قد أثرت في طلاب المدارس بدولة الكويت وجعلتهم يعزفون عن الدراسة.

النصائح المفيدة وملاحظات الباحث:

توجد نصائح مفيدة لخبراء السلامة والحماية عبر الإنترنت، وهي نصائح عامة، وقد يستفيد منها أولياء الأمور، مثل:

قدم خبراء السلامة على الإنترنت نصائح للوالدين، تساعدهم على السيطرة المقننة للعب أطفالهم إلكترونيًّا، كان أهمها:

• تحدَّثْ مع طفلك عن اللعبة التي يفضلها، واكتشف منه لماذا هي المفضلة لديه؟ وحاول أن تشاركه اللعب؛ لتعيد الصداقة والمصارحة بينكما.

- لا بد أن يحدِّد الوالدان فترة زمنية للعب بالاتفاق مع طفلهم، حتى لا يستغرق الطفل وقتًا طويلًا في اللعب، قد يؤدي لإدمانه لها.

- لا بد أن يطلع الوالدان عند شراء لعبة إلكترونية على غلاف كل لعبة، حيث سيجدان تقييمًا إرشاديًّا أعدته "ESRB Rating" اللجنة العالمية لبرامج الترفيه الإلكترونية - توضح فيه للوالدين ماهية اللعبة والعمر المناسب لها.

- يوجد في مواقع اللعب الإلكترونية الشهيرة مساحة تمكِّن الوالدين من مراقبة ومتابعة ألعاب أطفالهم عليها، يطلق عليها "Parental Control Settings"، وهي تمنح الوالدين القدرة على تفعيل المراقبة.

ينبغي على الوالدين الاطلاعُ على الإنترنت؛ للحصول على مواقعَ مفيدة تقدم نصائح للوالدين لاستخدام أبنائهم للألعاب الإلكترونية بأمان.

أقول:

هذه النصائح جيدة ومفيدة، لكنها تبقى نظرية أكثر منها عملية، بمعنى: قد يواجه أكثر الآباء تحديات عند توفير الحماية بممارسة أبنائهم هذه الألعاب، وقد يرجع ذلك إلى أن أكثر المحلات التي تبيع هذه الألعاب لا تعطي للآباء دليلًا إرشاديًّا، بسبب أن البائع يجهل ذلك، وليس هناك قانون يجبره على توفير هذا الدليل، كذلك أن هذا الدليل يوجد لدى اللجنة العالمية لبرامج الترفيه الإلكترونية " ESRB

Rating"، وأيضًا إرشاد الآباء إلى المواقع التي توعي الآباء والأطفال والمراهقين لا ينفع إلا مع الآباء الذين يجيدون اللغة الإنجليزية، ويرغبون في متابعة أولادهم عندما يمارسون الألعاب الإلكترونية، وغالبًا لا يوجد وقت لهؤلاء الآباء، وليس لديهم الوعي الكافي بمخاطر هذه الألعاب.

قرأت في موقع مجلة حياتك (20/ 1/ 2013) تحت عنوان: حلول لتجنب أخطار الألعاب الإلكترونية على الطفل والمراهق:

يقدم لك الخبراء عدة نصائح لتساعدك في تجنب أخطار تلك الألعاب والسيطرة على أضرارها.

1 - محاولة التحدث مع الطفل عن اللعبة التي يحبها، واكتشاف سبب تعلقه بها، ومن ثم

مشاركة الطفل تلك اللعبة؛ لإحياء روح الصداقة بداخله من جديد، وبذلك تستطيعين مراقبة تلك اللعبة والسيطرة عليه في أي وقت.

2 - لا بد أن تحددوا معًا وقتًا ليلعب فيه الطفل، وبذلك سيتم السيطرة على إمكانية إدمان الطفل لهذه الألعاب.

3 - انظري على غلاف كل لعبة قبل شرائها لطفلك، واقرئي إرشادات السلامة المكتوبة عليها، حول نوع اللعبة، وكيفية استخدامها، وأيضًا العمر المناسب لها؛ كيلا تؤذي طفلك دون قصد.

4 - يمكنك تفعيل جهاز مراقبة على مواقع الألعاب الإلكترونية، التي يسمح بها المواقع الشهيرة؛ لتتمكني من معرفة نوعية الألعاب التي يفضلها طفلك، ومن ثم التدخل في الوقت المناسب إذا لزم الأمر.

5 - شجّعي طفلك بشراء لعبة لتنمية الذكاء، أو لتعلُّم نشاطات جديدة، بدلًا من اللعب دائمًا بمثل تلك الألعاب، فيبدأ في التخيل والإبداع والاستفادة من اللعبة عن كونها وسيلة ترفيهية فقط.

6 - ابدئي بمشاركة طفلك مع أصدقائه في الألعاب الجماعية، وحاولي قدر المستطاع إبعاده عن الألعاب الفردية، ليتكون لديه حب

المجتمع والأصدقاء، والبعد عن العزلة والاكتئاب.

7 - يجب تعويد الطفل منذ الصغر على ممارسة التمارين الرياضية التي تحافظ على رشاقة جسمه، كما تخرج الطاقة الكامنة بداخله في شيء مفيد، بعيدًا عن إخراجها في لعبة عدوانية.

8 - اقرئي لطفلك ليلًا قصصًا مسلية؛ لغرس حب القراءة بداخله، فيبدأ بالانجذاب لها، ولا يقتصر وقت الترفيه على الألعاب غير المفيدة فقط.

9 - شاركي طفلك في رسم لوحة؛ فالرسم يخرج طاقة الطفل الكامنة، كما يساعده على التخيل والإبداع، أو مشاركته في مركز ثقافي لممارسة الهواية التي يفضلها، مع إمداده بالأدوات، والتشجيع المستمر.

10 - بناء الحصانة في نفس الطفل دائمًا؛ ليبتعد ذاتيًّا عن كل ما هو ضار ومخالف للعادات والتقاليد؛ (موقع مجلة حياتك (20/ 1/ 2013).

أقول:

هذه نصائح عامة، وقد لا يستطيع الوالدان تطبيقها، من مثل شراء لعبة لتنمية الذكاء، أو لتعلُّم نشاطات جديدة؛ إذ إن أغلب الألعاب

الموجودة في الأسواق غير تربوية وتعليمية، وإن كانت ذات طابع تسلية وترفيه، كذلك الاستعانة بجهاز المراقبة الموجود في بعض المواقع الإلكترونية يحتاج إلى معرفة اللغة الإنجليزية مثلًا، ومعرفة هذه المواقع ونوع الجهاز وكيفية استخدامه، وهذا الجهاز غير متوفر في الأسواق العربية، ومع عدم تنظيم وقت الأطفال بين الدراسة والرياضة الحرة وبين ممارسة الألعاب الإلكترونية فإن الأطفال لا يستجيبون لنصائح الوالدين في ممارسة الرياضة البدنية الحرة، خاصة في عصر الألعاب الإلكترونية، والإدمان على استخدامها.

نظام تصنيف الألعاب الإلكترونية:

بعد ظهور مخاطر وسلبيات الألعاب الإلكترونية وتأثيرها السلبي على الأطفال

والمراهقين والشباب فقد ظهر ما يعرف بنظام تصنيف الألعاب الإلكترونية في الولايات المتحدة والدول الغربية وأستراليا، وتبنَّت الهيئة العالمية للوسائل التقنية مشروعًا، اسمه: "مركز تصنيف الألعاب الإلكترونية من منظور إسلامي".

هدف المشروع:

إنشاء مركز متخصص وموقع إلكتروني تكون مهمته الأساسية تصنيف الألعاب الإلكترونية وفقًا لمقاصد الشريعة الإسلامية المتعلقة بحفظ الضرورات الخمس: (حفظ الدين، النفس، العقل، المال، العِرض) لحماية الأطفال والشباب من خطر هذه الألعاب المنتشرة على شبكة الإنترنت ومنافذ البيع المختلفة.

وقد تم تصميم شعارات خاصة بهذا المشروع؛ حيث أشرف على تصميمها ووضع مدلولاتها الأستاذ الدكتور/ عبدالله الهدلق.

وقد قام الأستاذ الدكتور/ عبدالله بن عبدالعزيز الهدلق بجمع تلك المعايير الأوروبية والأمريكية وترجمتها، ثم قام بدراستها من منظور تربوي وشرعي، وبعد ذلك قام الدكتور الهدلق باستحداث تصنيف لبرمجيات الألعاب الإلكترونية في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية المتعلقة بحفظ الضرورات الخمس، واستحداث شعارات معينة تشير إلى طبيعة ونوعية المخالفات التي قد تحتوي عليها بعض الألعاب الإلكترونية، بالإضافة إلى بيان الفئات العمرية المناسبة لممارسها، وذلك كما

هو متبع في الدول الغربية، على غرار التصنيف الأمريكي (ESRB)، والتصنيف الأوروبي (PEGI)، حيث توضع على أغلفة برمجيات الألعاب الإلكترونية؛ لكي يتعرف الوالدان على محتوياتها، ومدى مناسبتها لأبنائهم؛ (موقع الهيئة العالمية للوسائل التقنية).

أقول: يُعَد هذا المشروع هامًّا في الوطن العربي إذا تبنته الدول العربية من أجل حماية الأطفال والمراهقين والشباب من مخاطر الألعاب الإلكترونية، ولكن هذا المشروع نظري؛ أي يحتاج إلى آليات - عملية - لتنفيذه، منها: إنشاء شركات في الوطن العربي تصنع الألعاب الإلكترونية بحيث تتفق مع معايير الإسلام والعادات والتقاليد المحلية؛ لأن معيار العمر المطبق في التصنيف

الأوربي والأمريكي كما سيأتي لا يناسب معايير الإسلام.

قرر "مجلس معايير الفيديو" VSC البريطاني تبني نظام تصنيف يطلق عليه: "نظام معلومات الاتحاد الأوربي للألعاب" Pan European Game Information system (PEGI)، وهذا النظام يعطي اللعبة الإلكترونية تصنيفًا عمريًّا، بالإضافة إلى إعطاء تفاصيل أخرى، مثل: عنف المحتوى، أو اللغة الهابطة للعبة، وبالتالي أصبحت أنظمة تصنيفات الألعاب الإلكترونية في بريطانيا متوائمة مع نظيراتها في باقي أنحاء الاتحاد الأوروبي.

يحتوي على مكونين أساسيين:

أولًا: تصنيف اللعبة وفقًا للمرحلة العمرية:

وهذا يعبر عن تصنيف اللعبة وفقًا للمرحلة العمرية المناسبة لممارسة لعبة ما، ويتم التعبير عنه بعدد من الرموز التي تدل على التصنيف السِّنِّي المناسب للاعبين عند الرغبة في ممارسة اللعبة.

ثانيًا: توصيف محتوى اللعبة:

وهذا يوفر توصيفًا موجزًا وموضوعيًّا لمحتوى اللعبة الإلكترونية، ويبين ما إذا كانت اللعبة تحتوي على أي شيء غير مرغوب فيه من قِبل الوالدين أو القائمين على نظام التصنيف، في موقع ESRB الإلكتروني يوجد تصنيف الألعاب الإلكترونية في الولايات

المتحدة، وهو ما يعرف بتصنيف"ESRB" مقابل تصنيف الاتحاد الأوربي الذي مر ذكره، وتصنف الألعاب الإلكترونية في الولايات المتحدة كالآتي:

• حسب الفئة العمرية: أي مناسبة اللعبة لعمر الطفل.

• حسب محتوى اللعبة: عنف، مثير جنسي، مسكِر.

• حسب المنتج "العناصر التفاعلية"؛ أي: تفاعل المنتج مع المستخدمين، وتبادل البيانات، وتسهيل عملية الشراء، وتوفير خدمة الإنترنت دون قيود.

• هناك تصنيف آخر؛ حيث قمنا بترجمة مقالة "معرفة تصنيفات الألعاب الإلكترونية" في (15/ 12/ 2015)، وهو عبارة عن التصنيف الذي تبنَّتْه أستراليا، كما في "استطلاع الرأي لعام IGEA 2016 ":

تصنيفات الألعاب الإلكترونية الأسترالية الآن تطرح في التلفاز ودور السينما، وهذه بعض التفاصيل لهذه التصنيفات:

♦ جدول التصنيفات:

• تصنيف عام " General": المحتوى معتدل التأثير، هذا التصنيف مناسب لكل الفئات العمرية، ويحتوي على اللغة

والموضوعات الملائمة، وليس لها تأثير سلبي، لكن بعضها قد لا يناسب الأطفال.

• تصنيف الإرشاد الأبوي " Parental Guidance":

• تأثير هذا التصنيف معتدل نوعًا ما، لكن يتطلب الأمر مراقبة الوالدين، وقد لا يستطيع الأطفال أقل من (15) سنة أن يمارسوا اللعب دون إرشاد من الوالدين.

♦ تصنيف النضج " Mature":

• محتواه معتدل في التأثير، وتناسب الأفلام والألعاب الأطفال سن (15 فما فوق)، وما

دون السن (15) يطلب منهم إذن قانوني، واستشارة من قِبل الوالدين، ويحتوي هذا التصنيف على سلوك عنف وتعرٍّ، وعلى الوالدين البحث عن محتوى هذا التصنيف قبل شرائه للأطفال.

التصنيفات المقيدة للأفلام وألعاب الكمبيوتر:

• توجد قيود قانونية لمشاهدة الأفلام، أو ممارسة الألعاب الإلكترونية:

• تصنيف "النضج المكمل" Mature Accompanied":

• محتواه يناسب الأطفال في السن (15 فما فوق)، وقد تعرض مشاهد مثيرة للجنس، وتعاطي المخدرات، وله تأثير قوي على فئة الأطفال والشباب، ولا تبيع المحلات

المحتويات للأطفال إلا بوجود ولي أمر معه، ويتطلب الأمر تطبيق نظام الإرشاد الأبوي عند استخدام الأطفال المحتويات.

♦ تصنيف مقيد (لمن عمره 18 فما فوق) (R18+):

• تأثير المحتوى عالٍ: هذا المحتوى خاص بالكبار؛ حيث يحتوي المحتوى على مشاهد جنسية، واستخدام المخدرات، وهذا المحتوى يشكل خطرًا على المجتمع، ولا بد من إثبات العمر قبل شراء اللعبة، أو استئجار الفيلم.

♦ تصنيف مقيد (لمن عمره 18 فما فوق)(X18):

• تأثير محتواه قوي أيضًا مع قيد قانوني، ويحتوي على مشهد جنسي صريح.

بعد استعراض التصنيفات الأربعة: الإسلامي، الأوربي، الأمريكي والأسترالي نقول: إن هذه التصنيفات لا توفر الحماية المطلوبة للأطفال والمراهقين والشباب إلا بتضافر الجهود بين المؤسسات الرسمية والأهلية والأُسَر، ولكن نجد أن سهولة دخول أو وصول الأطفال والمراهقين إلى شبكة الإنترنت قد لا تفعل دور هذه التصنيفات؛ حيث توجد ألعاب كثيرة مجانية غير مصنفة، ويمكنهم شراء بعض الألعاب؛ لذا رأى الباحث أن يقدم مقترحًا يحمي الأجيال من مخاطر الألعاب الإلكترونية.

تعليق:

للأسف ليس هناك رقابة قوية وشديدة في الأسواق، خاصة على المحلات التي تبيع أقراص الألعاب الإلكترونية، ولنا دراسة بشأن آلية حماية طلاب المدارس والجامعة من مخاطر الألعاب الإلكترونية، سوف تنشر قريبًا في موقعنا: المسار للبحوث التربوية والاجتماعية، لكن ما أود قوله هنا هو أن تتعاون الجهات الرسمية بشأن هذه الألعاب، وتستفيد من تجارِب الدول الأخرى في توفير الحماية المطلوبة للأطفال والمراهقين والشباب من مخاطر هذه الألعاب.

مقترح آلية حماية طلاب المدارس والجامعة من مخاطر وسلبيات الألعاب الإلكترونية:

تشكيل لجنة عليا مختصة تتبع مجلس الوزراء من أطباء الأطفال والباحثين وعضو من مجلس الأمة وموظفين من وزارات: العدل،

الداخلية، الشؤون والتجارة والتربية والتعليم العالي و..، تقوم بدراسة الألعاب الإلكترونية؛ إيجابياتها وسلبياتها، وتكون قراراتها ملزمة على الجميع، ووضع نظام تصنيف للألعاب الإلكترونية يتماشى مع المعايير العربية والإسلامية.

من مهام اللجنة العليا الإشراف على فرق العمل:

الفريق البحثي:

إجراء الدراسات الميدانية بشأن سلبيات ومخاطر الألعاب الإلكترونية، وذلك بتشكيل فريق عمل بحثي يجري هذه الدراسات باستطلاع آراء أولياء الأمور، طلاب المدارس، مديري المدارس، المعلمين،

المسؤولين في الوزارات المعنية، رفع التوصيات والمقترحات إلى اللجنة العليا.

إلقاء الباحثين المحاضرات والندوات في موقع "يوتيوب"، وفي المنتديات الاجتماعية (الدواوين)، وفي الجمعيات ذات النفع العام الاجتماعية والثقافية بشأن أية دراسة أجراها أعضاء الفريق بعرض نتائجها وتوصياتها المتعلقة بمخاطر الألعاب، وكيفية حماية طلاب المدارس والجامعة.

إلقاء المحاضرات في المدارس، وكيفية اختيار الألعاب الإلكترونية التي ليس لها تأثير على صحة الطلاب البدنية والنفسية، وبيان مخاطر الألعاب الأخرى وسلبياتها عليهم.

عقد دورة تدريبية للمعلمين وأولياء الأمور وطلاب المدارس والجامعة بتصميم مقياس يقيس درجة إدمان ممارسة هذه الألعاب.

الفريق التعليمي التربوي:

مطالبة وزارة التربية بإدخال موضوعات بشأن مخاطر وسلبيات الألعاب الإلكترونية في المناهج: رياض الأطفال والمراحل التعليمية الثلاث والجامعة في بعض المواد: التربية الإسلامية، اللغة العربية، اللغة الإنجليزية، الاجتماعيات، وتشتمل هذه الموضوعات على:

تعريف الألعاب الإلكترونية، أنواع الألعاب الإلكترونية، مخاطر الألعاب الإلكترونية،

إدمان ممارسة الألعاب الإلكترونية، بناء مقياس لقياس درجة هذا الإدمان، الاستخدام الآمن للإنترنت.

تنظيم دورات تدريبية لأولياء الأمور بشأن سلبيات الألعاب الإلكترونية وأنواعها ومخاطرها على الأطفال والمراهقين.

فريق العمل الاجتماعي:

يقوم بزيارات منزلية، وزيارة الدواوين لتوعية الناس بمخاطر الألعاب الإلكترونية، وكتابة تقارير ورفعها إلى اللجنة الرئيسة عن أنشطتها وأثر الزيارات على الوالدين والجمهور المستهدف.

يقوم بزيارات ميدانية تغطي كافة الرياض والمدارس لإلقاء المحاضرات وورش العمل عن مخاطر الألعاب الإلكترونية.

فريق المهندسين:

إنشاء مواقع إلكترونية إرشادية يديرها مهندسون للتواصل مع الطلاب وذويهم، وتوجيههم إلى الألعاب التربوية التي تخدم المناهج المدرسية، ومناهج الحضانة رياض الأطفال، ومناهج الجامعة.

فريق القانونيين:

يقوم الفريق بسن قوانين متعلقة بحماية الأطفال والمراهقين والشباب من مخاطر الألعاب الإلكترونية، وعرضها على مجلس الوزراء ومجلس الأمة.

تحديد الألعاب الإلكترونية المناسبة للأطفال والمراهقين، ومدة ووقت استخدامها.

تحديد الغرامات والجزاءات للمحلات التي تبيع أجهزة الألعاب وأقراصها في حال عدم التزامها بالقانون.

يتم إلزام الوالدين قانونيًّا بمراقبة وقت الشاشة، وتحديد هذا الوقت حسب القانون لدى الأطفال، كما في بعض الدول.

لفت نظر ومحاسبة لتقاعس الجهات الرسمية وغير الرسمية في التعاون مع الجهات المعنية بشأن مخاطر الألعاب.

فريق المتابعة والتقييم:

يقوم بتقييم أثر الدورات التدريبية على الأولياء، ومدى استفادتهم منها، ورفع تقرير إلى اللجنة العليا.

يقوم بتقييم أثر الزيارات الميدانية للمدارس والمنازل والدواوين، ورفع تقرير إلى اللجنة العليا.

يقوم بتقييم الأنشطة والبرامج التي يقدمها المهندسون عبر هذه المواقع الإلكترونية،

خاصة بشأن الألعاب الإلكترونية، وسلامة الطلاب من مخاطرها.

يقوم بتقييم التعاون والتنسيق بين الوزارات المعنيَّة من أجل متابعة آلية حماية الأطفال والمراهقين والشباب من مخاطر الألعاب الإلكترونية.

المراجع:

• سبتي، عباس، دراسة عزوف طلبة المدارس عن الدراسة أسباب ونتائج وحلول - دراسة مكتبية.
• سبتي، عباس، العنف عبر وسائل الإعلام، (2015).
• سبتي، ألعاب الفيديو تجعلك ذكيًّا).

- موقع جريدة الرياض 27/ 6/ 2015.
- موقع مجلة حياتك 20/ 1/ 2013.
- موقع البوابة.
- موقع الهيئة العالمية للوسائل التقنية.
- جريدة صوت الكويت الإلكترونية، 17/ 12/ 2015.
- جريدة الشرق 14/ 7/ 2012.
- الأنباء 21/ 7/ 2015.
- القبس، 28/ 11/ 2007.
- جريدة الراي 23/ 12/ 2013.

مقالات ذات صلة

الألعاب الإلكترونية

إذاعة مدرسية عن المزاح والألعاب الإلكترونية

خطر الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على الأطفال
مشروع الألعاب الإلكترونية في المناهج المدرسية
كيف تحمي طفلك من إدمان الألعاب الإلكترونيةالحمد لله الواحد الأحد الفرد الصمد الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفواً أحد،أحمده سبحانه وأشكره ينعم ويعطي بلا عدد ، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبده ورسوله اصطفاه ربه من بين البرية بالرسالة فاستعد ، وأكرمه ربه بعلو المنزلة في الدنيا والآخرة فسعد .أما بعد:فأوصيكم معاشر الأحبة في الله ونفسي بوصية الله للأولين والآخرين عامة وبوصيته لكم خاصة حيث قال:{وَلَقَدْ وَصَّيْنَا الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَإِيَّاكُمْ أَنْ اتَّقُوا اللَّهَ وَإِنْ تَكْفُرُوا فَإِنَّ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ غَنِيًّا حَمِيدًا(131)}(النساء). أما واللهِ لو عرفَ الأنامُ ..لما خُلِقوا لما غَفِلوا وناموا ..لقد خُلقوا

لما لو أبصرتهُ ..عيونُ قلوبِهِم ساحوا وهاموا
...مماتٌ ثم قبرٌ ثم حشرٌ ...وتوبيخٌ وأهوالٌ
عظامُ ..لِيومِ الحشرِ قد خُلقت رجالٌ ...
فصلوا من مخافته وصاموا ...ونحن إذا أُمرنا
أو نُهينا...كأهل الكهفِ أيقاظٌ نيامُ([1]) .

أمة الإسلام يعيش العالم اليوم فوره في التقنية وتخرج التقنية كل يوم علينا بمخرجات جديدة فينقسم الناس أمام تلك المخرجات إلى ثلاثة أقسام قسم يأخذ كل ما تفرزه تلك التقنيات دون تأمل أو روية بل ويلهث خلفها جاهداً أن يقتني لنفسه وبيته وولده كل حديث منها،وقسم آخر يرفضها بالكلية فيعيش في عزلة عن العالم والتطورات الحادثة فيه،وقسم ثالث يتعامل مع تلك المخرجات بروية وتأمل فيأخذ منها إيجابياتها ويذر سلبياتها وهذا القسم هو من أنار الله بصيرته بنور الإيمان والحكمة،لكن تظل هناك مخرجات لا تعرف أضرارها ولا سلبياتها إلا بعد وقوع ضحايا لها!وحديثي اليوم عن نوع من تلك المخرجات

ألا وهي الألعاب الإلكترونية التلفزيونية كالسيجا والسوني ونحوها وقد حاولت جمع الآثار المترتبة عليها من خلال الواقع فوجدت أن من أبرز سلبياتها ما يلي :

1- ضياع الوقت الذي هو رأس مال العبد المسلم في هذه الحياة ومن ضيع وقته فقد ضيع نفسه وهو مسؤول عن هذا الوقت الذي أضاعه غداً بين يدي رب العالمين؛فقد ذكر لي أحدهم أنه جلس مع رفيق له على مباريات في كرة القدم فيها من الساعة العاشرة مساءً إلى الثامنة صباحاً من اليوم التالي ولو لم يكن في ذلك إلا تضييع الثلث الأخير من الليل لكفى به من خسارة،وقد قال صلى الله عليه وسلم : ((لَا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ فَعَلَ وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلَاهُ))([2]) .

2- التقاعس عن القيام بالواجبات من بر الوالدين أو صلة الرحم وزيارة الجيران كل

ذلك بحجة أنه ليس لديه وقت والسبب الحقيقي لذلك هو انشغاله بتلك الألعاب .

3- ضعف الإيمان لأنه في الغالب ما تأخذ تلك الألعاب من المدمن عليها أوقاتاً طويلة قد تكون على حساب أوقات قراءة القرآن وأوقات الأذكار والأوراد وأو قات قيام الليل بل قد تكون على حساب الصلوات المفروضة حيث تضيع من ذلك المدمن عليها دون أن يشعر .

4- التفكك الأسري وضعف التربية؛وذلك نتيجة لانشغال الأبناء طوال الوقت بتلك الألعاب فمتى يجلسون مع آبائهم و أمهاتهم ليتحقق الدفء الأسري وتقوى رابطة الأخوة و المحبة ؟ متى يجدون الوقت الذي تنتقل فيه خبرة الأباء والأمهات إلى أولادهم ؟ متى يعرفون أخطاءهم فيوجهوهم ويحسنون تربيتهم ؟

5- ضعف ثقافة المدمن على تلك الألعاب وانخفاض مستواه الدراسي حيث إنك تجده يسعى لإنهاء واجباته المدرسية بسرعة ليجد

وقتاً للعب ولا يطلع على غير المقررات المدرسية ؛ لأن وقته وقلبه وعقله مشغول باللعب بها .

6- ضعف السلوك الاجتماعي لدى المدمن على تلك الألعاب حيث تجده معظم وقته أمام تلك الألعاب منطوٍ على نفسه فإذا خرج للمجتمع لا يعرف كيف يتعامل معه لأنه لم يحتك بالمجتمع ليتعلم كيفية السلوك الاجتماعي .

7- ضعف البصر بعد فترة لكثرة نظره إلى الشاشة التي تخرج منها العديد من الإشعاعات الضارة بالعين .

8- ضعف الصحة وخمول الجسد لأن الجسد يضل فترة طويلة بلا حراك فتضمر العضلات ويصيبها الخمول .

9- الإصابة بنوبات الصرع المتكرر بعد فترة قد تطول من الإدمان عليها وهذا ما جاء في تقرير يقول بأن اليابان بدأت تشتكي من آثار تلك الألعاب لكونها تنشط كهرباء المخ

مما ينتج عنه التعرض لحالات الصرع المتكرر .

10- غرس العدوانية في نفوس الأولاد،ويشهد لذلك قصة عاينتها من قريب حيث كان هناك طفل اشتكت المدرسة من سلوكه العدواني مع زملاءه الطلاب وأنه يبطش بهم بطشاً شديداً يفوق الأحوال العادية وبعد التحري والتأمل وُجِدَ أن سبب تلك المشكلة هو جلوسه لساعات طويلة أمام أشرطة العنف في تلك الألعاب .

11- الإصابة بالأمراض النفسية و إليكم قصة فتى سمعتها في موسم عيد هذا العام وحدثني بها من رآها رأي العين،حيث كان أب يجلب لابنه كل حديث في هذا المجال وإذا بالأب يفاجأ بإصابة ابنه بحالة غريبة لطول الأوقات التي يمضيها أمام تلك الألعاب أصبح يستيقظ من النوم فزعاً يصرخ بلا سبب،ثم أصبحت حركته بطيئة جداً وكذلك حديثه وكأنه آلة تتحرك ويفزع ويرتجف من أدنى

صوت إلى جواره،وفشل في دراسته**!** فها هو الأب أراد إسعاد ابنه فجنى عليه .

ومن المخاطر التي سمعتها من بعض من يتعاملون بتلك الألعاب أن النوع الجديد منها بداخله كرت للفيديو ويأتي الشريط في صورة لعبة ثم بحركة معينة وإدخال كلمة السر أو رقم سري تتحول تلك اللعبة إلى فلم جنسي فاضح **!** ومع الأسف أُخبرت أن طلاباً في المرحلة المتوسطة أصبحوا يتبادلون مثل هذه الأشرطة،ناهيكم عن تأثيرها على العقيدة حيث أنتجت بعض الشركات العالمية لعباً عن صراع الحضارات بها من الخطورة على العقيدة ما بها .

أيها الأحبة في الله هذا غيض من فيض حول هذه الألعاب ولعل بعضكم يعلم عنها أكثر مما علمت، أعوذ بالله من الشيطان الرجيم :
{أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ(115)}(المؤمنون)

الخطبة الثانية

إن الحمد لله نحمده ونستعينه ونستغفره ونستهديه ونعوذ بالله من شرور أنفسنا ومن سيئات أعمالنا من يهده الله فلا مضل له ومن يضلل فلا هادي له وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له وأشهد أن محمداً عبد الله ورسوله صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً . أما بعد : فأرجو من اخوتي الذين يقتنون مثل هذه الألعاب ألا يعجلوا علي في الحكم بأني أحرم هذه الألعاب ولكني أقول أنه لا بد من الاستفادة من إيجابياتها واجتناب سلبياتها وأرى أن ذلك يكون بأمور من أهمها يلي :

1- عدم السماح للأولاد بإحضار أشرطة عن طريق التبادل مع الزملاء لأن هذا الباب باب شر مستطير فأرى أن يغلق وأن يتم شراء جميع الأشرطة بواسطة الوالد أو عن طريق إشرافه .

2- تقنين وقت اللعب بها بأن يحدد بنصف ساعة على الأكثر يومياً أو بساعة في نهاية عطلة الأسبوع على أن يكون اللعب بوجود

أحد الوالدين وتحت إشراف أحدهما على الأقل وألا يترك الولد للعب في غرفة خالية .

3- أن يحاول الأب تعلم أساليب تلك الألعاب وكيفية اكتشاف أشرطتها حتى لا يكون ظاهرها البراءة وهي تحوي ما يثير الغرائز ويهدم الأخلاق .

4- وأخيراً أن يبين الأب لأولاده وأن يربيهم أنهم لم يخلقوا ليضيعوا أوقاتهم في اللعب فقط وإنما خلقهم الله لغاية أسمى حيث قال : {وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ(56)}.أسأل الله الكريم رب العرش العظيم أن يقينا وجميع المسلمين شرور الفتن ما ظهر منها وما بطن وأن يصلح لنا أزواجنا وأولادنا وبيوتنا إنه ولي ذلك والقادر عليه .

يواجه بعض المعلمين صعوبات في التعامل مع سلوكيات بعض طلابهم سواء كانت هذه السلوكيات عدائية أو عبثية أو فوضوية أو عبارة عن مشاحنات مع أقرانهم. فهل توقفنا عند هذه السلوكيات وتساءلنا لماذا تزايدت عندهم خلال الأعوام القريبة؟

هذا التساؤل يبحث عن إجابات منطقية وهنا تبرز عدة أسباب مختلفة للإجابة على هذا التساؤل لعل أكثرها إلحاحاً ما يعتلي سلم أحاديثهم ويطغى على اهتماماتهم ألا وهي الألعاب الإلكترونية في هواتفهم المحمولة أو أجهزة الألعاب المنزلية.

فهل تلكم الألعاب الإلكترونية والتي يمكن اعتبارها رياضة فكرية حركية تساعد على نمو الذكاء؟ هي ما يعرض على شاشات أجهزتهم؟

هل يا ترى هي متوافقة وآمنة أم محفوفة بالمخاطر؟ وما أنواع المخالفات في تلك الألعاب؟ وكيف يمكن أن نحمي أبناءنا منها؟

هذه التساؤلات وغيرها قادتني إلى القيام بدراسة استطلاعية بسيطة على عينة من طلابي كان الهدف منها تحديد أشهر الألعاب التي يقضون عليها جل أوقاتهم، فكانت الألعاب القتالية والحربية الأعلى من بينها وبنسبة وصلت 65.8% بينما كانت الألعاب الرياضية تستحوذ على نسبة 21% وجاءت الألعاب التعلمية بنسبة منخفضة 2.6%، كما تبين لي أن أشهر الألعاب شعبية ومتابعة هي لعبة فورت نايت بنسبة وصلت 55% وكان معدل اللعب بهذه اللعبة مقدار ساعتين أي بنسبة 42.5 % مما يدل على وجود وعي لديهم بالالتزام بالوقت المسموح، كما أن 22.5 % منهم يمارسونها لخمس ساعات أو أكثر.

بدأت بالبحث والاطلاع حول هذه الألعاب فوجدت أن لعبة فورت نايت "FORTNITE " هي إصدار أخير لشركة "epic games"، وهي من أكثر الألعاب تحكماً في لاعبيها

وجعلهم "مسيرين" نحو مواجهة أعداء في هذا الواقع الافتراضي، ورسم الخطط التي تجعلهم "على قيد الحياة في اللعبة" وهي مستوحاة من روايات وأفلام "Hunger Games"، إذ يقوم اللاعب باستخدام فأس ومطرقة لتقطيع الأشجار وتكسير الصخور، بهدف بناء الجسور أو الدفاعات اللازمة لحماية نفسه، ولمساعدته في البقاء على قيد الحياة.

وهنا أنقل لكم بعضاً من مخاطر هذه الألعاب من نواح متعددة أكدت عليها دراسات كان من ضمنها دراسة د.عبد الله الهدلق (2016) – في مؤتمر اللعب الأول في الشرق الأوسط بتنظيم من جامعة الملك سعود بعنوان: "الأطفال بين الألعاب الإلكترونية والتقليدية رؤية تربوية مستقبلية"- إلى خطورة إحدى الألعاب والمسماة "حرب الآلهة" على عقيدة اللاعب! كما أشارت دراسة العجمي (2016) الى بعض المخالفات العقدية في بعض الألعاب الإلكترونية كتضمين بعض

الألعاب قوى وآلهة مختلفة تظهر كأنها نازلة من السماء ولها أجسام كبيرة، وقامات عالية، و بعضها يتضمن صلبان على غلاف اللعبة وداخل المنازل وفي الشوارع وعلى صدور اللاعبين بل قد يترتب على جمع الصلبان زيادة في قوة اللاعب وطول بقائه.

أما من الناحية الصحية فقد أثبتت دراسات عدة منها دراسة Kim 2013)) حيث ذكرت بعض المشكلات التي قد تتسب فيها التكنولوجيا الحديثة للأطفال على النحو التالي: عين الطفل حيث قد تسبب الأجهزة احمرارا، وجفافا، وانخفاضا في الرؤية، وانخفاض الذكاء الاجتماعي لقلة تواصله مع الآخرين، وانتشار السمنة بسبب قلة النشاط البدني، وكذلك انخفاض التطور اللغوي للأطفال خصوصاً من هم في عمر سنتين فأقل. كما تشير دراسة د. إلهام (2002)

إلى" أن حركة العينين تكون سريعة جدا أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية مما يزيد من فرص إجهادها، إضافة إلى أن مجالات الأشعة الكهرومغناطيسية والمنبعثة من شاشات الأجهزة، تؤدي إلى حدوث الاحمرار بالعين والجفاف والحكة وكذلك الزغللة، وكلها أعراض تعطي الإحساس بالصداع والشعور بالإجهاد البدني وأحيانا بالقلق والاكتئاب. وتوضح الدراسة أن كثرة استخدام وممارسة الألعاب الإلكترونية في السنوات الأولى من عمر الطفل، تؤدي إلى بعض الاضطرابات في مقدرة الطفل على التركيز في أعمال أخرى أكثر أهمية مثل الدراسة والتحصيل، بل إن بعض الألعاب القتالية تشجع على الانحرافات السلوكية الخطيرة التي قد يكتسبها الطفل من المشاهدة، مثل انتشار العنف والعدوانية، حيث أثبتت الأبحاث أن الطفل الأقل ذكاء يفضل اختيار الألعاب العنيفة عن غيرها".

على هذا خلصت إلى بعض الحلول أضعها بين يديكم مستنداً على ما توصي به الدراسات العلمية فقد قدمت قويدر (2012) نصائح مهمة للآباء والأمهات حتى يقللوا من الآثار السلبية للألعاب الإلكترونية وهي أن يكون الوقت المحدد للعب لا يتجاوز ساعتين على الأكثر، وضرورة تبادل الآراء مع الأبناء حول مضمون اللعبة، وأكدت كذلك على أهمية أن يتبادل الأهل المعلومات حول الألعاب التي يمارسها أبنائهم حتى يساعد بعضهم بعضاً. وجاءت دراسة الهدلق (2016) بتوصيات أهمها أنه ينبغي على أولياء الأمور أن يختاروا الألعاب الإلكترونية المناسبة لأعمار أولادهم وأن تكون هذه الألعاب خاليةُ من أي محتوى يخل بدينهم وصحتهم الجسمية والعاطفية والنفسية، وعليهم تنظيم الوقت المخصص للترفيه بين ممارسة الألعاب الإلكترونية وممارسة الرياضة الحقيقية مثل السباحة ولعب الكرة،

د.الباسوسى: لها أضرار صحية ونفسية خطيرة.. ومتابعة الأسرة لأطفالها واجب

د. فرويز: تحذير الإعلام ضرورة.. وعودة دور الثقافة الجماهيرية لتعليم الفنون الحل

كعادته دخل والد الطفل "محمد" إلى غرفة ابنه صاحب الـ12 عامًا، للاطمئنان عليه والجلوس معه، إلا أنه وجده نائمًا على سريره، وبجانبه هاتفه المحمول مفتوحًا على لعبة "بابجي" الإلكترونية، فظن في بادئ الأمر أنه نائم، وبدأ في إيقاظه إلا أن محاولاته اليائسة باءت بالفشل.اتصل بالإسعاف، التى قامت بنقله إلى مستشفى السلام ببورسعيد إلا أنه فارق الحياة قبل وصوله إليها، وجرى التحفظ على جثة الطفل بالمشرحة تحت تصرف النيابة العامة، قبل أن يُصدر قرار من النيابة بدفن الطفل.

وكان مركز الأزهر العالمي للفتوى الإلكترونية، قد حذر من بعض الألعاب الإلكترونية التي تخطف عقول الشباب، موضحًا أن تلك الألعاب لم يتوقف خطرها عند إزكاء الكراهية والعنف والقتل والانتحار، وإنما تجاوزه إلى التأثير بشكل مباشر على العقيدة؛ مستدلًا بذلك على لعبة "بابجي pubg" بعد إصدار تحديث لها يحتوي على سجود اللاعب وركوعه لصنم، بهدف الحصول على امتيازات داخل اللعبة.

وأهاب المركز بأولياء الأمور والجهات التثقيفية والتعليمية والإعلامية ببيان خطر بعض الألعاب، وضررها البدني والنفسي والسلوكي، وقدم نصائح لأولياء الأمور لتحصين أولادهم من خطر تلك الألعاب، مثل الحرص على متابعة الأبناء بصفة مستمرة على مدار الساعة، ومراقبة تطبيقات هواتفهم.

فى البداية يقول الدكتور أحمد الباسوسي، إن مبرمجى ومصممى تلك الألعاب يستغلون ضعف المراهقين كونهم أكثر قابلية لاستقبال المستجدات وبالتالى يسهل استهدافهم والاستيلاء على عقولهم، موضحا أن الألعاب الإلكترونية تخلق خللا في شخصية الأطفال في ظل غياب الرقابة الأسرية وقد تصيبهم بالاكتئاب أو تولد لديهم العنف.

وأكد الباسوسى، أن استخدام أجهزة التكنولوجيا الحديثة مثل الهواتف النقالة والآي باد من قبل الأطفال أو حتى الكبار يؤثر سلبا على الترابط الأسري، فضلًا عن الأضرار الصحية مثل التأثيرعلى الأعصاب والعين وضعف التحصيل الدراسي، وبالتالى ينعكس على المستوى التعليمي وفقدان المقدرة على

التفكير الحر وانحسار العزيمة والإرادة، فضلا عن عدم الاكتراث لمشاعر الآخرين والعدوانية في السلوك تجاه إخوانه وزملائه، متابعًا، الأطفال الذين اعتادوا ممارسة الألعاب العنيفة التي تشمل الحروب والقتل ينمى لديهم السلوك العدواني ويتسموا بسرعة الغضب، إضافة إلى إصابتهم بمشاكل في النوم وزيادة عدد ضربات القلب.

وعن طرق الوقاية من مخاطر تلك الألعاب على الشباب والأطفال، أكد الباسوسى أن الحل الحقيقي لحماية الشباب تكمن فى توعية الأسرة ومراقبة الأبناء سواء على الجانب السلوكى أو المعنوى، وعدم الجلوس لفترة طويلة على الأجهزة الإلكترونية، فضلا عن دورالحكومة التى يقع على عاتقها مسئولية كبيرة لمنع وصول تلك الألعاب للأطفال والمراقبة عليها، خاصة أن هناك العديد من الألعاب الإلكترونية تحث على القتل والعنف وبها مشاهد عرى قد تصل فى بعض الأحيان

للجنس وهذا ينعكس على سلوكيات الأطفال
والمراهقين بالسلب وتثيرغرائزهم، كما
يفضل عدم ترك الهواتف المحمولة مع
الأطفال أقل من 4 سنوات من أجل اللعب
عليها، ولكن يمكن استبدالها بالأنشطة المفيدة
مثل التلوين والقصص والألعاب الحركية
والمكعبات والكرة.

ومن جانبه يقول الدكتور جمال فرويز
استشاري الطب النفسي انه رغم إيجابية
التكنولوجيا وبعض الالعاب في جوانب عديدة
والتى تتمثل فى تنمية قدرات الأطفال وتحليل
المعلومات وتحسين الوعي والإدراك والتفكير
بصورة أفضل لديهم، وخلق ثقافة البحث
العلمي والإبداعي وفتح مداركهم وتوصيلهم
بالعالم من حولهم وتنمية مخيلتهم، إلا أن ثمة
انعكاسات سلبية نفسية واجتماعية وصحية
على الطفل ما يتطلب مراعاة خاصة من

الأسرة خاصة وان العديد من الالعاب تجذب الأطفال الى عالم افتراضي وتأسرهم بسرعة فائقة فى قضاء ساعات طويلة أمام الهواتف الذكية وألعاب الإنترنت دون مراقبة من الأسرة ما يزيد من مخاطر الانطوائية والعدوانية والعزلة لديهم وتطورها لأمراض نفسية.وطالب" فرويز" الأسرة بالأقتراب من أبنائهم ومصاحبتهم والحديث معهم خاصة أن المشاعر والأحاسيس بين الاباء والابناء لا تقل أهمية عن تامين مستقبلهم المادى بل تعد أكثر أهمية، متابعا لقد خلقت الالعاب الالكترونية عالما افتراضيا لجذب الاطفال اليها خاصة الشخصيات الخجولة في نفسها والتى ترغب في الاختفاء عن الأضواء وعدم الخروج والاكتفاء بالعزلة، تلك الفئة تمثل نسبة كبيرة من المراهقين.

وناشد فرويز الإعلام بضرورة التحذيروالتوعية بخطورة تلك الألعاب، وبضرورة الابتعاد عنها لأنها تمثل خطرا

حقيقيا، هذا بجانب عودة دور الثقافة إلى سابق عهدها فى الماضى حيث كانت تستوعب كل الشباب فى سن المراهقه للتمتع بالموسيقى والفن والرسم والألعاب اليدوية ما يودى الى تنمية مهارات الشباب.

وعن علاج إدمان الألعاب الإلكترونية للاطفال قال فرويز يجب أن يتم تعليم الأطفال كيفية تنظيم الوقت وتنمية حس المسئولية لديهم، كما أنه من المهم تحديد وقت للراحة والترفية لممارسة تلك الألعاب بساعات معينة ومكافاتهم بها، مع الرقابة الدائمة من قبل الأباء للألعاب التي يختارها أبناؤهم بحيث تتناسب مع أعمارهم وعدم السماح لهم بممارسة الألعاب التي تحمل طابع العنف، كما يجب تعليم الأبناء أن الإنترنت والجلوس أمام الكمبيوتر لا يتلخص في الألعاب فقط ولكن هناك أشياء عديدة مفيدة يمكن أن يقوم

بها الشخص من خلال الكمبيوتر القراءة وتعلم لغة أو الرسم وغيرها من الأمور النافعة التي تؤثر بشكل إيجابي في شخصية الطفل، بجانب تنمية حب القراءة لدى الطفل وحثهم على قراءة القصص الهادفة التي تربطهم بتاريخهم، فضلا عن تشجيع الأولاد على ممارسة الهوايات الحركية كالرياضة وعزف الموسيقى والسباحة والرسم.

وعن المعدل الطبيعى لاستخدام التكنولوجيا وممارسة الألعاب الإلكترونية أكد أن الوضع الأفضل هو ممارسة الرياضة كما قولنا أوالألعاب الرياضية أو مشاهدة الرسوم المتحركة، ولكن ما نراه اليوم هو العكس تماما فالطفل أصبح متعلقا بأجهزة الحاسوب والألعاب الإلكترونية. متابعا للأسف نجد الأهل أحياناهم المحفز الأساسي لإدمان أطفالهم على الوسائل التكنولوجية الحديثة.

د.اسراء: شبكة الإنترنت لعنة القرن..والفراغ وغياب الهدف والبطالة عوامل مساعدة

حجاج: لا يمكن حجب اللعبة إلا من خلال المالك.. وبرامج المتابعة للقضاء على وجودها

اقرأ أيضا: بالتزامن مع كورونا| تعرف على استعدادت القاهرة لاستقبال العام الدراسي الجديد

ومن جانبها أوضحت الدكتورة إسراء السحيمى، معالج نفسى إكلينيكى، أن عالمنا يشهد ثورة اتصالات لا حد لها، ولا أحد يعلم منتهاها، وفرضت شبكة الإنترنت نفسها كوسيلة فائقة السرعة لتبادل المعلومات وللتواصل بين البشر في كافة مجالات الحياة ، ورغم أننا لم نقطع سوى خطوات يسيرة في

القرن الحادي والعشرين ، فقد بدا واضحاً أن تطبيقات الإنترنت ستتسع، لتشمل استخدامات جديدة ربما لا نتخيلها حالياً ، كما يبدو جلياً أن عدد المشتركين والمستخدمين لتلك الخدمة يتنامى ، ومن المتوقع أن يتسع نفوذ الشبكة العالمية إلى الحد الذي يجعلها تهيمن على ما عداها من وسائل أخري للإعلام والاتصال

وأوضحت السحيمي، أن شبكة الإنترنت ستصبح لعنة القرن حيث إن عدد المدمنين لها يتزايد بشكل خطير، وثبت أن هذا الإدمان له آثار تدميرية تشبه آثار إدمان المخدرات، ويجب أن نكون على وعي بأن الأفراد يكوِّنون صوراً من صور الاعتماد على التطبيقات المتاحة على الشبكة وليس للشبكة في حد ذاتها. ومن هذه التطبيقات مواقع الألعاب.

وأشارت المعالجة النفسية، إلى أن أكثر الألعاب شيوعاً بابجى وذلك بناءً على نتائج دراسات مركز الأبحاث "بيو" للعلوم والتكنولوجيا الخاص بتطبيقات الشبكة؛ فيستخدم 84% من الذكور و59% من الإناث مواقع الألعاب سواء على الهاتف المحمول أو على الشبكة ويمكن تفسير نسب الانتشار السابقة في ضوء أن فئة الشباب أكثر الفئات العمرية استخداماً لشبكة المعلومات، ولذا فهم أكثر عرضة للمشكلات المرتبطة بها.

وأرجعت السحيمي السبب في ذلك إلى ثمة عوامل عديدة، من أهمها توافر خدمة الشبكة خاصة في ظل انخفاض تكلفتها بالإضافة إلى أنه كلما قل عمر المستخدم زادت احتمالية اعتماده عليها بسبب ضعف قدرتهم على السيطرة على حماسهم في التعرف على ما

يحرك اهتماماتهم فيلجأوا الى مثل تلك الألعاب الإلكترونية ونتيجة لغياب الهدف، والفراغ، واتساع القاعدة العاطلة عن العمل كما يعتبر الطلاب المتفرغون أكثر احتمالية للاعتماد عليها بسبب توافر الشبكة بشكل غير محدد ومجاني، وامتلاكهم جدولاً يومياً مرناً.

ولفتت إلى أن هناك آثار عديدة للاعتماد على مواقع الألعاب(بابجى) تتمثل في مشكلات نفسية وسلوكية عديدة، كالاكتئاب، والانطواء، وفقدان المساندة الاجتماعية، وانخفاض التحصيل الدراسي أو الأكاديمي ، كما يترتب عليها عديد من العواقب الجسمية والنفسية والاجتماعية لكل من الفرد والمحيطين به، حيث تتمثل المشكلات الجسمانية في التعب المرتبط بالحرمان من النوم، ومتلازمة آلام الظهر وآلام الرسغ، وضعف الرؤية، أما العواقب الاجتماعية فتتمثل في تدهور العلاقات الاجتماعية، وانهيار الحياة الأسرية،

وإهمال شريك الحياة، وإهمال التفاعل الاجتماعي وانخفاض الاهتمام به.

علماً بأن هناك عدة طرق لمعالجة إدمان الأطفال للألعاب ومنها مراقبة سلوك الأطفال أو المراهقين أو الشباب ومتابعة الوقت المستخدم للعب، ومراجعة المدرسة وسؤال المدرسين عن تحصيله الدراسى والاكاديمى وإلى أى مدى ملتزم بالمهام والواجبات المنزلية، إلى جانب هل الشخص يقول الحقيقة بشأن الوقت الذي يقضيه في ساعات الليل المتأخرة (العديد من اللاعبين عبر الإنترنت، وخاصة اللعب مع الأطفال في الخارج ، يتم بعد منتصف الليل).

كما يقول الدكتور وليد حجاج، خبير أمن المعلومات، إن الألعاب الإلكترونية مثل بابجي وغيرها تم تدشينها من أجل إلهاء الأطفال وجعلهم يقضون أكبر وقت ممكن مع تلك الألعاب، لافتا إلى أن الشركات المصممة

لتلك الألعاب تستعين بخبراء نفسيين من أجل هذا الغرض. وتابع حجاج، أن تلك الألعاب تنمي غريزة العنف عند مستخدميها ومنها ما يستهدف المفاهيم والمعتقدات ويسعى لزعزعتها، فقد أصدر الأزهر الشريف بيانًا قبل بضعة أشهر حذر فيه من إحدى الألعاب لما فيها من تناقض مع الثوابت الدينية.

ولفت الدكتور وليد حجاج، خبير أمن المعلومات، إلى أن تلك الألعاب لا يمكن التحكم فيها أو إيقافها إلا من خلال الشركة المالكة لها ولا تستطيع أي جهة أو دولة حجبها أو منعها.

وأكد خبير أمن المعلومات، على أن السبيل الوحيد لحماية الأطفال من تلك الألعاب الخطيرة أو القاتلة هو متابعة الوالدين من خلال بعض البرامج المتاحة على الإنترنت

والتي يكون منها مدفوع أو مجانا مثل جوجل فاميلي، محذرا من بعض الألعاب التي قد تستهوى المستخدمين لما تتيحه من إمكانية التربح منها.

ويعلق الدكتور جمال شعبان مدير معهد القلب السابق قائلاًإن السبب قد يرجع إلى اختلال كهرباء القلب أو متلازمة القلب حيث إن تلك الألعاب تتسبب في قدر عال من الشد العصبي والحالة ليست الأولي من نوعها فقد تم رصد بعض الحالات من قبل باحثين استراليين منهم اثنان تم انقاذهما وزراعة جهاز الصدمات والثالث فاضت روحه وقد تم اكتشاف خلل كهربي وراثي كامن أظهره التوتر الشديد لإحدي الحالات علماً بأن هناك طفلا يبلغ من العمر ١٦ عاما مات فجأة بعد ٦ ساعات مستمرة مندمجا في تلك اللعبة مع صراخ وصياح انتهي بسقوطه سريعا، ما يعني أن السبب المباشر هو التوتر واختلال كهربي وراثي في الأطفال.

وأكمل : «بدون وجود متلازمة خلل كهربي وراثي .. الزعل بيكسر القلب فعلا دي حقيقة علمية وحالات إكلينيكية واقعية بنشوفها مش كناية بلاغية ولا تعبير مجازي»، مردفا الزعل والصدمات العاطفية.. والفشل في الحب وفقدان الأحبة بيكسر القلب وممكن ينتهي بموت مفاجيء، حيث إن الزعل بينشط الادرينالين والنور أدرينالين .. ويحبط إفراز هورمونات السعادة زي السيروتونين.

اقرأ أيضا: الشائعات.. «سلاح خايب» للجماعة الإرهابية

اقرأ أيضا: اللائحة التنفيذية لقانون العربات المتنقلة «تاهت» بين مكاتب التنمية المحلية

ويجب على الآباء أن يصادقوا أبنائهم ويشاركوهم في ممارسة الألعاب الإلكترونية.

لذا يجب علينا كمربين نشر الوعي والثقافة حول هذه الألعاب، دون تهاون، أو تقليل من خطرها. ويبقى الدور الرئيسي على الأسرة من خلال توعية أبناءهم بخطورة هذه الألعاب واختيار البدائل المناسبة التي تحقق لهم النمو المتكامل من النواحي النفسية والعقلية والجسدية والتربوية.

كاتب.فهد حمد الجمعان

الألبوم المقالات الجيل الفساد بعيد عن الجيل الأول